



4月

こんだてひょう



函南町立西小学校

	月	火	水	木	金
日 主食 主菜 副菜 一 口 メモ	ご入学・ご進級 おめでとうございます 皆さんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思います。 1年間よろしくお願いします。 函南町では、学校給食用牛乳のストローレス化に取り組んでいます。牛乳パックは既にストローを使わなくても飲めるよう、飲み口が開けやすい構造になっています。ストローレス化に取り組むことで、プラスチックゴミの削減に繋がっていきます。 令和7年4月より、以下の方法で進めていきます。 ・小学校低学年（3年生以下）及び特別支援学級（の希望者）にはストローを配付します。 ・小学校高学年及び中学校は原則ストローレス。ただし、希望者にはストローを配付します。 4月からはストローレス化への移行期間としますが、最終的には全児童生徒ストローを使用せず牛乳を飲めるよう目指していきます。				
日 主食 主菜 副菜 一 口 メモ	7	8 給食当番チェック！ ぼうしをかぶる マスクをきちんとつける 手をきれいにあらう 使い捨てハンカチを使う 白い白衣をきちんときる	9 入学式・始業式 給食はありません	10 1年生は給食なし 黒糖入りパン 丹那牛乳のクリームシチュー ミモザサラダ	11 チキンピラフ 手作り豆腐団子スープ りんごヨーグルト
日 主食 主菜 副菜 一 口 メモ	14 麦入りごはん マーボー豆腐 はるさめあえ オレンジ	15 ソフトめん 函南トマトのミートソース シャキシャキサラダ バナナ	16 さくらごはん とりの照り焼き もやしとコーンのおひたし 味噌汁	17 五目チャーハン はるまき ナムル ワントンスープ	18 麦入りごはん 手作りとうふハンバーグ ～きのこソースかけ～ 豚汁
一 口 メモ	食事のあいさつ 食事のあいさつ「いただきます」「ごちそうさま」をきちんとしていますか？食べるということは命をいただくということです。食事をするときは気持ちを込めてあいさつをするようにしましょう。	給食のめん 給食のめんはソフトめん、中華めん、うどんの3つです。給食のめんは国産小麦を100%使って作られています。今日は函南町産のトマトを使ったミートソースです。めんとよくからめて食べてください。	朝ごはん 朝ごはんには、眠っていた体を起こす目覚まし時計の役割があります。朝ごはんを食べると一日を元気にスタートすることができます。食べていない人は、早起きの習慣をつけて、何か一品でも食べることから始めてみましょう。	はるまき はるまきは中国料理の一つです。小麦粉で作られた皮に、ぶた肉や野菜を炒めた具を包んで、油で揚げて作られます。中国ではただのこの他に、ニラなどの春にとれる野菜を使うため、はるまきと呼ばれるようになったそうです。	とうふ とうふは大豆(だいず)から作られる食品です。中国で生まれ、奈良時代に日本に入ってきたと言われていました。とうふにはたんぱく質やカルシウムが多く含まれていますが、脂肪が少ないため、海外でもよく食べられるようになりました。
日 主食 主菜 副菜 一 口 メモ	21 麦入りごはん チキンカレー ひじきとチーズサラダ 手作りオレンジゼリー	22 麦入りごはん さわらのさいきょう焼き おひたし かきたま汁	23 メイプルトースト ポトフ 洋風ごまあえ バナナ	24 1年生を迎える会 わかめごはん とりのからあげ ちぐさあえ すまし汁 お祝いデザート	25 お知れや お弁当持参の日 給食はありません お弁当を持ってきてください
一 口 メモ	手作りデザート 給食ではいろいろなデザート調理員さんたちが手作りしてくれています。季節によって作るデザートも変わります。旬の食材を使ってどんな手作りデザートが登場するか楽しみにしていてください。	さわら さわらは漢字で魚へんに春で「鱈」と書きます。冬から春にかけてよくとれる魚です。また、さわらは成長するとともに名前が変わる出世魚です。サゴシやナギ→サワラと名前が変わっていきます。	ポトフ ポトフはフランス生まれの料理です。「ポト」は鍋やつば、「フ」は火の意味で、ポトフは火にかけた鍋という意味になります。大きく切った肉や野菜を、大きな釜で煮込みます。	「ようこそ西小へ」 1年生のみなさん入学おめでとうございます。西っ子の仲間です。2～6年生のみなさん進級おめでとうございます。今日は給食室からみなさんの入学・進級をお祝いしたメニューです。	
日 主食 主菜 副菜 一 口 メモ	28 麦入りごはん 中華丼の具 もやしとこまつなのサラダ	29 昭和の日	30 たけのこごはん しゃもフライ ごまあえ みそ汁	《 クイズ 》 給食では、ほぼ毎日牛乳がつかます。それは、ある栄養素をたくさん含んでいるからです。その栄養素とは、次のうちどれでしょう？ A) ・ビタミンC B) ・カルシウム C) ・カリウム ※ふたを開けてから飲むこと 賞味期限は2024年4月17日まで 4月17日(木)まで有効	
一 口 メモ	もやし もやしは豆が芽を出し、若い内に収穫して食べる食材です。日本では緑豆(りょうとう)や大豆(だいず)のもやしが多く出回っています。もやしには、おなかの調子をととのえる食物せんいが多く含まれています。		たけのこ 春を代表する旬の食材の一つにたけのこがあります。たけのこは1日で100cmも成長すると言われていたため、旬のおいしい時期に食べられる期間は短いです。今日はたけのこを使ったごはんにししました。		