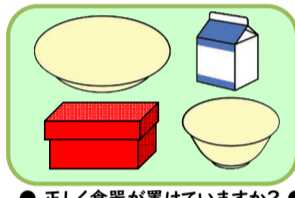






日曜日	献立名	主な材料名						栄養価		
		主に体をつくるものになる		主に体の調子を整える		主にエネルギーのもとになる		その他の材料 (調味料など)	エネルギー (Kcal)	食塩相当量 (g)
		1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミンC, 他	5群 炭水化物	6群 脂質			
24 水	焼きそば 牛乳 春巻き ごぼうサラダ(ドレッシング) 蒸しパン	ぶた肉	青のり 牛乳	にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ	中華めん	油	酒 焼きそばソース 中濃ソース ウスターソース こしょう	幼 593 小 675 中 829	2.1 2.6 3.2
25 木	ごはん 牛乳 鶏肉の味噌照り焼き ふきの炒め煮 わかめ汁		牛乳		しょうが	砂糖	ごま	酒 しょう油 みりん 酒 みりん しょう油 しょう油 塩 酒 みりん かつおだし	幼 494 小 652 中 832	1.9 2.5 3.1
26 金	コッペパン 牛乳 チリコンカン フライドポテト 春キャベツのスープ みかんゼリー		牛乳		たまねぎ にんにく		油	酒 中濃ソース ケチャップ チリパウダー 塩 こしょう 塩 チキンブイヨン こしょう 塩	幼 495 小 659 中 802	1.6 2.4 3.0
30 火	麦ごはん 牛乳 白身魚の香味ソース ピーマン炒め もやしのスープ	★ホキでん粉付き	牛乳		ねぎ しょうが	砂糖	油	しょう油 酢 トウバンジャン 塩 こしょう がらスープ しょう油 酒 しょう油 塩 こしょう がらスープ	幼 477 小 619 中 778	1.6 2.0 2.5

- \* 天候等の都合により、献立内容が変更することがあります。
- \* ★表記がある食品は、使用されている主な材料から分類し表記しています。
- \* 献立名の欄にある○の数字はおかずの数です。
- 左から、幼・小(低)・小(中)・小(高)、中・職員の順に示しています。
- \* 不明な点は給食センターへお問い合わせください。(Tel:0297-82-3363)



● 正しく食器が置けていますか? ●

栄養素	基準量		4月の平均	
	エネルギー (Kcal)	食塩 (g)	エネルギー (Kcal)	食塩 (g)
幼稚園	490	1.5	514	1.7
小学校(3・4年)	650	2.0	675	2.2
中学校	830	2.5	839	2.6

### 給食の開始について

幼稚園さくら組は4月11日(木)から、すみれ組は5月7日(火)から給食が開始になります。  
 小学校1年生は4月11日(木)から給食開始です。  
 中学校1年生は4月10日(水)から給食開始です。

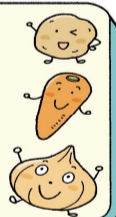
### お知らせ

**小学校** は、入学式のため9日(火)の給食はありません。中学校2・3年生のみ給食があります。  
**中学校** は、振替休業日のため15日(月)の給食はありません。  
**小学校** は、振替休業日のため22日(月)の給食はありません。

## 給食だより



4月の給食のめあて  
給食について知ろう



### 取手市(給食センター)の学校給食



- 《 主食 》
- **ごはん** (週3回以上)  
取手市産コシヒカリを100%使用しています。
  - **パン** (週1回程度)  
学校給食用小麦粉70%と茨城県産小麦粉「ゆめかおり」30%をブレンドしたものを使用しています。米パンは、年3回登場します。
  - **めん** (週1回程度)  
茨城県産小麦粉を100%使用しています。ソフトメンと中華めんがあります。

《 牛乳 》  
茨城県産生乳100%使用しています。  
骨の成長に必要なカルシウムを効率よくとるため、毎日提供しています。  
コーヒーマルチなどが出ることもあります。

- 《 副食 》
- 毎日3~4品提供します。
  - 様々な調理法を用いて、旬の食べ物や行事食を取り入れバラエティに富んだ献立を心がけています。
  - 地場産品を多く使って、手作りを心がけています。  
※フライや煮魚も手作りで。  
カレーは、炒めた小麦粉とカレー粉を混ぜ合わせてルウから作っています。

## 給食の決まり・食事のマナーを守りましょう

給食の前に、机の上を片付けましょう。	手をきれいに洗いましょう。	給食当番は身支度を整え、健康チェックをしましょう。
協力して準備をしましょう。	全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。	姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。
食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。	時間内に食べ終わるようにしましょう。	食器は大切に扱いましょう。

### 給食センターの紹介

幼稚園1園、小学校6校、中学校2校の約2,200食の給食を毎日作っています。センター長をはじめ、事務員、栄養士、調理員、運転手の計20名の職員が働いています。  
みなさんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底して調理します。また、心を込めておいしい給食作りに努め、子ども達にとって、給食時間が楽しみになるような献立にしていきます。  
1年間よろしくお願ひ致します。

