

給食だより



令和7年 4月 7日
台東区立黒門小学校
校長 飯塚 雅之

入学・進級おめでとうございます

新しい学校、新しい学年。子供たちは期待と不安を胸に抱いていることでしょう。そんな子供たちを応援し、心と体の健やかな成長を支えていくために、本年度も栄養バランスをよく、安全安心でおいしい給食を、給食室職員一同力を合わせて届けていきたいと思ひます。児童が楽しく給食時間を過ごせるよう、ご家庭でもご理解とご協力をよろしくお願ひいたします。

給食は、4月8日（火）から始まります。※1年生は10日（木）からです。

給食袋（ランチョンマット・マスク・給食用ハンカチ）

の準備を忘れないようにしましょう。



「人を良くする」と書いて「食」

よく「人を良くする」と書いて『食』といわれます。「食」という漢字の成り立ちとは少し異なるようですが、食の大切さをとてもよく言い表していると思ひます。学校給食は、現在、子供たちが食事を通して様々な事柄を学び、望ましい食習慣や社会性などを身に付けていく教育活動の1つになっています。学校では学校給食法に基づき、以下、7つの目標を達成できるような給食づくりや、給食を通した食に関する指導を行っています。

健康な体をつくる



よい食べ方を学ぶ



人と関わる



食べ物に感謝する



働くことを尊ぶ



食文化を未来に伝える



社会のしくみを学ぶ



4月の給食目標 「給食の準備や後片付けを上手にしよう」

12:15	12:30	12:55	13:00
準備	食事	片付け	

<準備>

- ・4時間目終了後、手洗いをを行い、机にランチョンマットをしく。
- ・給食当番は、白衣、マスク、帽子を身に着け、手をアルコール消毒して給食を配る。それ以外の人も全員マスクを着用し、順番に給食をもらう。



<食事>

- ・食事のマナーを守り、給食を食べる。
 - ・はじめの10分間は「もぐもぐタイム」とし、お話をせず、集中して食べます。
- ☆みんなが安全に、気持ちよく給食を楽しめるように思いやりをもって過ごしましょう。

<片付け>

- ・やむを得ず残してしまったものは、料理ごとに食缶に戻す。
- ・牛乳パックは自分のトレイの上で開き、ケースに重ねて戻す。
- ・飲み残してしまった牛乳は、牛乳バケツに入れて戻す。

今年度より、給食の食器が「強化磁器」に変更になります。今までの食器より重く、落としたり、雑な扱いをしたりすると割れてしまいます。ていねいに大切に扱いましょう。※なお、割れてしまったお皿はリサイクル回収して、新たなお皿に生まれ変わります。

保護者のみなさまへ

給食当番の白衣

給食当番の着る白衣は、クラスみんなで使います。お子さんが給食当番の時は、週末の洗濯やアイロンがけ、また、ボタンが取れかかっていたらボタンつけなどをよろしくお願いいたします。

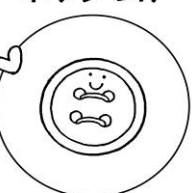
洗濯



アイロンがけ

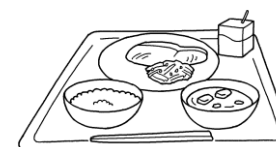


ボタンつけ



献立表の活用

毎月、おたよりと献立表を発行します。今年度も行事食や旬の食材、郷土料理などを取り入れた献立を提供します。ぜひ、ご家庭でも話題にしてください。



～給食の調理担当者の紹介～

今年度も、株式会社レクトンに調理業務を委託することになりました。8名のスタッフが、衛生に気を付け、心を込めて給食を作ります。



4月のこんだてひょう（16回） 黒門小学校

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー (kcal) たんぱく質(g)
8 火	さくらおこわ	○		米, もち米, 赤米	桜花塩漬	544
	さばのみそ焼き		さば, みそ		しょうが, 長ねぎ	25.9
	菜の花入り辛子煮浸し				もやし, ほうれんそう, 菜の花, にんじん	
	若竹汁		生わかめ		たけのこ	
9 水	豆腐の中華丼	○	豚肉, 豆腐	米, ごま油, さとう, でんぶん	しょうが, にんにく, はくさい, にんじん, たけのこ, 干ししいたけ, 長ねぎ, こまつな	571
	春雨サラダ			はるさめ, さとう, ごま油	もやし, にんじん, きゅうり	21.4
	果物（清見オレンジ）				清見オレンジ	
10 木	シュガートースト	○		厚切り食パン, バター, グラニュー糖		534
	ポトフ		鶏胸肉, フランクフルト	油, じゃがいも	にんじん, 玉ねぎ, キャベツ, パセリ	18.7
	フレンチサラダ			はちみつ, 油	とうもろこし, キャベツ, にんじん, 玉ねぎ	
11 金	カレーライス	○	豚肉	米, 油, じゃがいも, 小麦粉	にんにく, しょうが, にんじん, 玉ねぎ, グリンピース	641
	わかめサラダ		わかめ	さとう, ごま油	もやし, きゅうり, とうもろこし	19.8
	グレープゼリー		粉寒天	さとう	ぶどうジュース, パイン缶	
14 月	わかめとじゃこのご飯	○	炊き込みわかめ, ちりめんじゃこ	米, 白ごま		583
	肉豆腐		豚肉, 豆腐	油, 糸こんにゃく, さとう, でんぶん	にんじん, 玉ねぎ, グリンピース	26.8
	寒天サラダ		糸寒天	油, ごま油, さとう	キャベツ, きゅうり, にんじん, 玉ねぎ	
15 火	ペンネシーフードトマトソース	○	むきえび, いか, ベーコン	ペンネ, オリーブ油	セロリー, にんにく, しょうが, にんじん, 玉ねぎ, トマト缶, トマトピューレ	571
	キャベツとコーンのスープ		鶏ひき肉	油	キャベツ, とうもろこし	23.4
	スウィートポテト		牛乳, 生クリーム, 豆乳	さつまいも, さとう, バター		
16 水	セルフ豆腐ハンバーガー	○	豚ひき肉, 豆腐, 卵, 牛乳	丸パン, 油, パン粉	玉ねぎ, にんじん	627
	白菜のクリームスープ		ベーコン, 鶏もも肉, 牛乳	油, でんぶん	にんじん, 玉ねぎ, マッシュルーム缶, はくさい, パセリ	29.6
	じゃがいもと野菜のサラダ			じゃがいも, 油, さとう	きゅうり, にんじん, キャベツ	
17 木	ご飯	○		米		591
	鮭の竜田揚げ		生鮭	でんぶん, 米粉, 油	しょうが	26.4
	けんちん汁		油揚げ, 豆腐	ごま油, 里芋, こんにゃく	ごぼう, にんじん, だいこん, 長ねぎ	
	きんぴら			油, 糸こんにゃく, さとう	ごぼう, にんじん	

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー (kcal) たんぱく質(g)
18 金	かきあげ丼	★かみかみデー★		むきえび, 卵	米, 油, 小麦粉, でんぶん, さとう	643
	豚汁	○	豚肉, 油揚げ, みそ	じゃがいも, こんにゃく	ごぼう, だいこん, にんじん, 長ねぎ	24.6
	果物（りんご）				りんご	
21 月	鮭ごはん	○	甘塩鮭	米, 油, 白ごま		551
	にらたま汁		豆腐, 卵	でんぶん	玉ねぎ, にら	26.3
	がんもと野菜の煮物		がんもどき	里芋, こんにゃく, さとう	だいこん, にんじん, さやいんげん	
22 火	ご飯	○		米		633
	新じゃがのそぼろ煮		豚ひき肉, 鶏ひき肉	油, じゃがいも, さとう, でんぶん	にんじん, 玉ねぎ, さやいんげん	23.8
	きびなごのいそべ揚げ		きびなご, あおのり	油, でんぶん		
	果物（清見オレンジ）				清見オレンジ	
23 水	ドライカレーサンド	○	豚ひき肉, 鶏ひき肉, 大豆	コッペパン, 油, 小麦粉	にんにく, しょうが, セロリー, 玉ねぎ, ピーマン	608
	コーンチャウダー		ベーコン, 牛乳	油, じゃがいも, バター, 小麦粉	玉ねぎ, にんじん, とうもろこし, パセリ	24.7
	アスパラサラダ			油, さとう	グリーンアスパラ, キャベツ, にんじん, 玉ねぎ	
24 木	筍ご飯	○	油揚げ	米	生たけのこ, 鷹の爪, にんじん, さやえんどう	557
	千草焼き		豚ひき肉, 卵	油, さとう	玉ねぎ, こまつな, 干ししいたけ	26.1
	さつま汁		鶏胸肉, みそ	さつまいも, こんにゃく	だいこん, にんじん, 長ねぎ	
25 金	焼きうどん	○	豚肉, いか, かつお削り節（おかか）	油, 冷凍うどん	にんじん, 玉ねぎ, 長ねぎ, 干ししいたけ, キャベツ, もやし	535
	青菜とコーンのスープ			でんぶん	にんじん, 干ししいたけ, 玉ねぎ, キャベツ, とうもろこし, ほうれんそう	21.6
	不思議な目玉焼き		粉寒天, 牛乳	さとう	黄桃缶ハーフ	
28 月	卵チャーハン	○	卵, 豚ひき肉	米, 油	しょうが, 長ねぎ, グリンピース	597
	春雨スープ		豚肉	油, 緑豆はるさめ	にんにく, しょうが, にんじん, たけのこ, 干ししいたけ, 長ねぎ	22.0
	フルーツヨーグルト		プレーンヨーグルト		パイン缶, もも缶, りんご缶, 洋なし缶	
30 水	ご飯	○		米		669
	き야べつメンチ		豚ひき肉, 卵	生パン粉, 小麦粉, パン粉, 油	キャベツ, 玉ねぎ	28.2
	青菜と白菜のおかかあえ煮		かつお削り節（おかか）		こまつな, はくさい, にんじん	
	大根とわかめのみそ汁		わかめ, 油揚げ, みそ		だいこん	

※ 1年生の給食は、10日(木)からです。

・栄養価の表示は3・4年生のものです。

・衛生管理上、くだもの以外の食材はサラダも含めて加熱しています。

・学校行事、食材納入等の都合により献立内容を変更することがあります。

・黒門小学校では、そば・ピーナッツ(落花生)・くるみ・いくらを給食では出しません。

★今月のかみかみデーは、18日(金)です★
月に1回「8」のつく日をかみかみデーとして、かみかみ給食(噛みごたえのある給食)を実施しています！
4月のかみかみメニューは、「かきあげ丼」です。
よくかんで、味わって食べましょう。

今年度より、給食の食器が「強化磁器」に変更になります。今までの食器より重いので、落としたり、雑な扱いをしたりすると割れてしまいます。
ていねいに大切に扱いましょう。

