

2024年  
4月9日発行  
北海道教育大学  
附属釧路義務教育学校前期課程



# 御入学 おめでとうございます!

ようこそ附属釧路義務教育学校前期課程へ!



これからの学校生活で、健やかな心と体を育めるよう、食の面から全力でサポートしていきます。毎日元気に学校生活を送るためには、栄養・運動・睡眠が大切です。栄養たっぷりのおいしい給食を届けられるよう、給食室一同、頑張ります。どうぞよろしくお願ひします。

## ～給食についてのお願ひごと～

### ★給食エプロン・ぼうし・給食用ナプキンを用意してください

給食を衛生的に準備するために、毎日使用しますので、忘れずに持たせてください。こまめに洗濯をお願いします。

### ★御家庭でもお手伝いの指導をお願いします

給食の準備や後片付けは、自分たちでします。御家庭でもお手伝いを通して、自分のことを自分でできるよう指導をお願いします。

### ★献立表を御覧ください

献立表に、主な使用食材を記載しております。食物アレルギーについては、届け出により代替食・除去食の対応を行っております。なお、年度途中に変更がございましたら、担任を通して御相談ください。



## たのしい・おいしい・きゅうしょく



いよいよ15日から給食が始まります。最初は、かわいいキャラクターや動物の形をしたパン給食です。どんな形か、給食時間をお楽しみに♪

旬の食材を使用した様々な献立を楽しみにしててください。



2024年

4

## 月の献立表

2024年4月9日発行

※牛乳は毎日つきます

★毎月19日は「食育の日」です

日	献立名	あかの食品 ちやくになる	さいろの食品 はたらくちからになる	みどりの食品 からだのちょうしをととのえる	アレルギー表示	今日のひとこと
15日(月)	こしあんのパン	卵 牛乳 小豆	パン 砂糖		小麦 卵 乳	きゅうしょくがはじまります。みんなでたのしくたべましょう。
	ぎゅうにゅう	牛乳			乳	
16日(火)	いちごジャムのパン	卵 牛乳	パン 砂糖	いちご	小麦 卵 乳	しっかりと、てあらいしてからじゅんびをはじめましょう。
	ぎゅうにゅう	牛乳			乳	
17日(水)	バターロールパン	卵 牛乳	パン 砂糖		小麦 卵 乳	めざせひとくち30回!よくかんでたべましょう。
	ぎゅうにゅう	牛乳			乳	
	ブルーベリージャム		砂糖	ブルーベリー		
18日(木)	とりしおラーメン	鶏肉 豚骨 鶏ガラ	ラーメン	もやし 人参 玉ねぎ 長ねぎ コーン しょうが にんにく	ラーメン	3かかんのパンきゅうしょくがおわり、いよいよあたたかいきゅうしょくがはじまります!
	おいわいいちごゼリー	豆乳	砂糖	いちご		
★19日(金)	たけのこいりハヤシライス	豚肉 チーズ	ごはん 油 ルウ(小麦)	竹の子 玉ねぎ 椎茸 にんにく しょうが りんご	チーズ ルウ(小麦粉)	きんようびは、カレーやどんぶりのものができます。おいしくたべましょう。
	バナナ			バナナ		
22日(月)	ごはん		ごはん			げつ、すい、きんようびはごはんのひです。おかずといっしょにおいしくたべましょう。
	マーボーはるさめ	豆腐 豚ひき肉 鶏レバー	春雨 砂糖 でんぷん	竹の子 人参 長ねぎ 椎茸 しょうが にんにく		
	とりのからあげ	鶏肉	でんぷん 油	しょうが にんにく		
23日(火)	パンズパン		パンズパン		パン(乳、卵、小麦)	いろいろなりょうりをしてもらえよう、きょうどりょうりやせかいのりょうりのきゅうしょくができます。
	コンソメスープ	鶏肉 鶏ガラ	じゃがいも	玉ねぎ 人参 コーン パセリ		
	ハンバーグ	豚ひき肉 鶏ひき肉	でんぷん 砂糖	玉ねぎ		
24日(水)	ごはん		ごはん			きゅうしょくには、あげたものややいたものなどいろんなしゅるいのおかずができます。たのしみにしてください。
	かきたまじる	豆腐 卵 かつお節	でんぷん	人参 小松菜 白菜 大根 玉ねぎ	卵	
	たらフライ	たら	パン粉 小麦粉 砂糖 でんぷん 油		パン粉 小麦粉 たら	
25日(木)	スパゲティミートソース	豚ひき肉 大豆	スパゲティ 砂糖 小麦粉	人参 玉ねぎ マッシュルーム にんにく しょうが トマト	スパゲティ(小麦) ミートソース(小麦)	いよいよ、おにいさん、おねえさんとおなじきゅうしょくメニューです。しっかりとたべてげんきにすごしましょう。
	キャベツのわふうマヨあえ	かつお節	マヨネーズ	キャベツ ほうれん草		
	キャロットゼリー			にんじん オレンジ		
26日(金)	ぶたすきどん	豚肉	砂糖 油 ごはん	人参 玉ねぎ 竹の子 椎茸 つきこんにやく しょうが		サラダなどにはいっているにがやさいも、がんばってひとくちたべてみよう!
	フレンチドック	ソーセージ 卵 乳	小麦粉 砂糖 でんぷん 油		卵 乳 小麦粉	
	こんぶあえ	昆布		もやし きゅうり		
30日(火)	ごまパン		ごまパン		パン(乳、卵、小麦)	きょうのめんは、ラーメンです。ほかにスパゲティややしそばがでることもあります。
	キャベツとベーコンのスープ	ベーコン 鶏ガラ	じゃがいも	人参 玉ねぎ キャベツ しょうが にんにく		
	チキンのマヨネーズやき	鶏肉	マヨネーズ			
	はくさいのごまサラダ		ごま ごま油	白菜 キャベツ 人参		

\* 献立表は、材料の都合により変更する場合がございますので、御了承ください。

\* アレルギー表示は、食物アレルギー対応申請にある食品のみを表示しております。

