

4月 給食だより

令和3年4月6日
新潟大学附属長岡中学校

入学・進級おめでとうございます

新1年生を迎え、新年度がスタートします。
学校給食は、成長期にある子供たちの心身の健全な発達を目標として、教育活動の一環として行われているものです。今年度も安全でおいしい給食づくりを心がけていきます。
学校給食についてのご理解・ご協力をお願いします。

附属長岡中学校の 給食について



附属幼稚園・小学校・中学校合わせて約880人分を小学校にある給食室で栄養教諭1名と調理員7名で作っています。



主食

主食の曜日は基本的に以下のとおりです。(変更になる場合もあります)



ごはん 週4回
(月曜・水曜・木曜と
パンやめんのない
火曜または金曜)

長岡市で栽培されたこしいぶきとコシヒカリのブレンド米です。
混ぜごはんやどんぶり、カレーライスも予定しています。



**パン
2週に1回**
(金曜)

基本はコッパンです。
チーズパンやアップルパン、
お米の粉を使った米粉パン
も予定しています。



**めん
2週に1回**
(火曜)

袋に入っためんを、お汁の中に入れて食べます。うどん・中華めん・大麦めん・ソフトめん・米粉めんを予定しています。

おかず

旬の食材を使い、行事食もとり入れながら、季節感のある料理を提供していきます。苦手な食べ物もおいしく食べてもらえるように、味付けを工夫しています。



牛乳

ほぼ毎日200ccの牛乳を出します。成長期に必要なカルシウムが含まれています。残さず飲みましょう。



保護者の皆様へ

○長期欠食について

長期欠席が見込まれる場合には、学級担任にお知らせください。原則として申し出の2日後から給食を止めることができます。連続5日以上欠食の場合に限り、「給食停止回数×1食単価」の給食費を年度末に返金いたします。(1食単価 幼稚園240円 小学校280円 中学校330円)

○臨時休校及び学級閉鎖等における給食費について

臨時休校や学級閉鎖が決定した場合には、可能な限り食材発注の取り消しを行います。取り消しできなかった食材の経費については、保護者の皆様からご負担いただくこととなります。あらかじめご了承ください。

○詳細献立表について

食物アレルギーにより詳細献立表を必要とする生徒のご家庭には、詳細献立表をお届けしています。それ以外で詳細献立表を希望される方がいらっしゃいましたら、学級担任にお知らせください。

4月献立表

新潟大学附属長岡中学校

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|--|---|--|
|  | 6 ・ハヤシライス ・しょうゆフレンチ 小学校2～6年給食開始 中学校2・3年給食開始 熱 824 た 26.1 脂 26.6 ごはん・じゃがいも・油 豚肉・ハム・牛乳 たまねぎ・にんじん・しめじ ほうれんそう・もやし・トマト | 7 入学式 給食なし(弁当)  | 8 ・ホイコーロー丼 ・わかめスープ 小学校1年給食開始 中学校1年給食開始 熱 829 た 32.3 脂 31.4 ごはん・油・砂糖・片栗粉 豚肉・豆腐・なると・牛乳 キャベツ・ピーマン・にんじん たまねぎ・チンゲンサイ | 9 ・黒糖パン ・ジャーマンポテト ・肉団子とキャベツの スープ 幼稚園ばら組・もり組 給食開始 熱 788 た 29.1 脂 29.8 パン・じゃがいも・油・バター ウインナー・鶏肉・牛乳 たまねぎ・しめじ・にんじん キャベツ・もやし・コーン |
| | 12 ・ごはん ・のりの佃煮 ・いわしのしょうが煮 ・野菜たっぷり味噌汁 | 13 ・ゆでうどん ・五目汁 ・フライビーンズ | 14 ・ごはん ・茎わかめの炒め物 ・小松菜と豆腐の 味噌汁 園児なし | 15 ・ゆかりごはん ・野菜コロック ・豚汁 |
| 熱 694 た 27.2 脂 17.1 ごはん・じゃがいも いわし・厚揚げ・のり・牛乳 だいこん・にんじん・キャベツ しめじ・ねぎ・しょうが | 熱 883 た 36.2 脂 26.9 うどん・片栗粉・砂糖・油 豚肉・かまぼこ・大豆・牛乳 だいこん・にんじん・はくさい ほうれんそう・ねぎ・しいたけ | 熱 668 た 23.1 脂 16.6 ごはん・じゃがいも・砂糖・油 鶏肉・さつまいも・豆腐・牛乳 にんじん・いんげん・小松菜 だいこん・えのきたけ | 熱 772 た 23.4 脂 21.7 ごはん・じゃがいも・油 豚肉・豆腐・牛乳 にんじん・ごぼう・だいこん しめじ・ねぎ | 熱 820 た 35.2 脂 28.2 ごはん・じゃがいも・砂糖 豚肉・鶏肉・ツナ・卵・牛乳 えだまめ・なめこ・にんじん だいこん・小松菜・しょうが |
| 19 ・ごはん ・鶏肉のから揚げ ・春野菜のうま煮 | 20 ・ごはん ・鯖の味噌煮 ・塩鶏汁 | 21 ・ごはん ・ちくわの磯辺揚げ ・じゃがいもの そぼろ煮 園児なし | 22 ・ポークカレー ライス ・海藻サラダ ・さくらゼリー 幼稚園さくら組給食開始 | 23 ・コッペパン ・フルーツクリーム ・ポークビーンズ |
| 熱 872 た 32.5 脂 30.9 ごはん・じゃがいも・油 鶏肉・豚肉・厚揚げ・牛乳 にんじん・たまねぎ・キャベツ しょうが | 熱 776 た 30.2 脂 27.4 ごはん・油 さば・鶏肉・油揚げ・牛乳 キャベツ・ごぼう・にんじん だいこん・ねぎ | 熱 802 た 29.0 脂 22.5 ごはん・じゃがいも・油 ちくわ・鶏肉・厚揚げ・牛乳 にんじん・たまねぎ・しいたけ いんげん | 熱 843 た 24.7 脂 25.7 ごはん・じゃがいも・油・砂糖 豚肉・わかめ・牛乳 たまねぎ・にんじん・キャベツ もやし・コーン・グリーンピース | 熱 829 た 30.4 脂 29.7 パン・じゃがいも・油 大豆・豚肉・ベーコン・牛乳 たまねぎ・にんじん・トマト バイン・みかん・もも・バナナ |
| 26 ・わかめごはん ・のり酢あえ ・肉じゃが | 27 ・中華めん ・味噌ラーメンスープ ・じゃがチーズ | 28 ・ごはん ・ひじきの炒り煮 ・かきたま汁 園児なし | 29 昭和の日  | 30 ・ごはん ・鮭の塩焼き ・大根と厚揚げの オイスターソース煮 |
| 熱 741 た 26.1 脂 19.1 ごはん・じゃがいも・油 ツナ・豚肉・のり・牛乳 ほうれんそう・もやし・ごぼう にんじん・たまねぎ・きぬさや | 熱 811 た 31.2 脂 23.4 中華めん・じゃがいも・油 豚肉・ベーコン・チーズ・牛乳 にんじん・たまねぎ・キャベツ コーン・もやし・にら・パセリ | 熱 677 た 24.0 脂 16.8 ごはん・じゃがいも・油 鶏肉・卵・豆腐・ひじき・牛乳 たまねぎ・にんじん・きぬさや ほうれんそう・しめじ | エネルギーのもとになる食品 体をつくるもとになる食品 体の調子を整える食品 | 熱 742 た 36.5 脂 21.6 ごはん・砂糖・油・片栗粉 鮭・厚揚げ・豚肉・牛乳 だいこん・にんじん・きくらげ チンゲンサイ・しょうが |

※ 献立は都合により変更になる場合があります。 【単位】 熱：熱量(kcal) ・ た：たんぱく質(g) ・ 脂：脂質(g)

- ・ 新しいクラスでの給食が始まります。4月の献立には、食べやすい料理や今までに人気だった料理を多く取り入れました。早く新しい環境に慣れ、手際よく給食の準備や後片付けができるようになって、クラスの仲間と楽しい給食時間を過ごしましょう。
- ・ 新型コロナウイルス感染症対策として、配膳の過程での感染防止のため、品数の少ない献立を取り入れています。料理中の食材の種類や使用量を増やすなどして、栄養価や食べた時の満足感を満たすように工夫していますので、ご了承ください。

