

給食だより

令和6年4月
若狭町給食センター

ご入学、ご進級おめでとうございます。期待に胸をふくらませ、希望に満ちた新年度の始まりです。給食を通して、食事のマナーや食に関する知識を身に付け、健康な体で新しい学年を楽しく過ごしていきましょう。保護者の皆さま、今年度も学校給食へのご理解、ご協力をどうぞよろしくお願い申し上げます。

食育で育てたい6つの力

<p>食事の重要性</p>  <p>食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</p>	<p>心身の健康</p>  <p>心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自己管理能力を身に付ける。</p>	<p>食品を選択する能力</p>  <p>正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。</p>
<p>感謝の心</p>  <p>食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。</p>	<p>社会性</p>  <p>食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。</p>	<p>食文化</p>  <p>各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。</p>

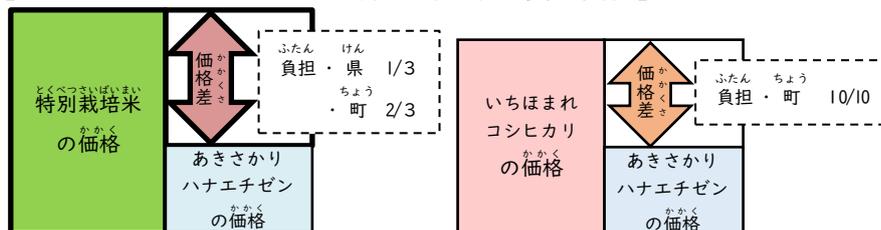
出典：文部科学省「食に関する指導の手引―第二次改訂版―」(H31.3)

学校給食で提供しているお米について

福井県の学校給食で提供される基準となるお米は「あきさかり/ハナエチゼン」ですが、若狭町の学校給食では「コシヒカリ」と「いちほまれ」を提供し、子供のころから福井県のブランド米を食べて親しみ、愛着心の形成を図っています。さらに、令和6年度は、11月、12月に「いちほまれ特別栽培米」を提供する予定です。特別栽培米とは、通常よりも農薬と化学肥料を半分以上減らして作られているお米です。

いちほまれ、コシヒカリ、特別栽培米は基準米よりも価格が高いため、基準米との差額を町と県で負担をしています。(図を参照)

【いちほまれ、コシヒカリ、特別栽培米の費用負担】



4がつ がっこうきゅうしょく よていこんだてひょう

令和6年4月 若狭町給食センター

日	お昼	献立名	あか		みどり		き		えいようか	
			体を作る食べ物	ぎゅうにゅう	体の調子を整える食べ物	たまねぎ	しょうが	しょうが	しょうが	たんぱく質(g)
10	水	ごはん ぎゅうにゅう ハンバーグキャップソース やさしいカレーソテー ワンタンスープ	とりにく ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな にんじん	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ もやし	こめ さとう ワンタン		572.0 21.4 24.2	81.3 2.2
11	木	ごはん ぎゅうにゅう しろみぎかなフライ タルタルソース はるさめソテー みそしる	ホキ たまご ベーコン もめんどうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ	こめ こむぎこ はるさめ じゃがいも	なたねあぶら だいずあぶら	656.0 22.2 21.9	89.8 2.4
12	金	チキンカレーライス ぎゅうにゅう あおじそサラダ オレンジゼリー	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり オレンジ	こめ じゃがいも		701.0 21.5 16.4	116.5 3.1
15	月	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ むしシュウマイ もやしとニラのいためもの	ぶたにく かたとうふ しろみそ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ たまねぎ キャベツ しょうが もやし	こめ さとう かたくりこ かたくりこ さとう こめこ		653.0 25.9 22.1	87.1 2.5
16	火	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのからあげ ブロッコリーソテー コンソメスープ おいおいクレープ	とりにく ベーコン とうにゅう だいずこ	ぎゅうにゅう		にんにく しょうが キャベツ にんにく たまねぎ いちご	こめ こめこ さとう こめこ みずあめ	なたねあぶら オリブ油 だいずあぶら	763.0 25.7 28.5	87.1 2.6
17	水	ごはん ぎゅうにゅう にくじやが キャベツときゅうりのちゅうかあえ みそしる	ぶたにく もめんどうふ うすあげ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ きゅうり たまねぎ	こめ じゃがいも さとう さとう	ごまあぶら	588.0 22.1 17.0	84.4 1.9
18	木	ごはん ぎゅうにゅう かぼちゃひきにくサンドフライ さんしよくあえ はるさめスープ	ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	かぼちゃ にんじん ほうれんそう にんじん ねぎ	たまねぎ もやし キャベツ	こめ こむぎこ パンこ さとう はるさめ	なたねあぶら	605.0 15.9 18.5	90.2 2.1
19	金	ピビンバ ぎゅうにゅう わかめスープ ミックスフルーツ	ぎゅうにく もめんどうふ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな にんじん ねぎ	はくさい もやし たけのこ にんにく たまねぎ パインアップル おうとう	こめ さとう		615.0 20.3 18.7	88.3 2.8
22	月	フオカッチャ ぎゅうにゅう ミートボール やさしいソテー コンソメスープ	ぶたにく とりにく とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー にんじん	キャベツ たまねぎ コーン	こむぎこ じゃがいも		550.0 25.5 20.1	68.7 2.5
23	火	ごはん ぎゅうにゅう てりやきチキン ドレッシングサラダ ミネストローネ	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん トマト	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ キャベツ にんにく	こめ さとう さとう マカロニ じゃがいも さとう	べにばなゆ	596.0 22.8 17.6	83.3 2.7
24	水	ごはん ぎゅうにゅう やきそば ほうれんそうともやしのおひたし とんじる	さば ぶたにく もめんどうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう にんじん ねぎ	もやし たまねぎ	こめ さとう じゃがいも		615.0 25.5 24.1	70.2 2.3
25	木	ソースカツどん ぎゅうにゅう ポイルキャベツ みそしる	ぶたにく もめんどうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	キャベツ だいこん たまねぎ	こめ さとう パンこ じゃがいも	なたねあぶら	683.0 27.4 17.5	100.4 3.1
26	金	むぎごはん ぎゅうにゅう あつあげのカレーそばろに こまつなツツナのサラダ にくだんごスープ	あつあげ とりにく ツツな ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ねぎ	コーン たまねぎ にんにく しょうが きゅうり キャベツ もやし	こめ むぎ さとう さとう	べにばなゆ	616.0 27.0 21.3	76.7 2.8
30	火	わかめごはん ぎゅうにゅう コロケ きりほしだいこんのナポリタンふう みそしる	ぶたにく ぶたにく うすあげ みそ	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん こまつな にんじん ねぎ	たまねぎ きりほしだいこん たまねぎ だいこん	こめ じゃがいも さとう パんこ こむぎこ なたねあぶら		648.0 19.8 20.3	94.0 3.0

※ 予算や食材料の納入の関係で献立内容が変わることもありますがご了承ください。 ※ 若狭町産の食材は赤字になっています。

※ 献立名の横に使用している材料が記入してあります。

~予定献立表について~



献立名	体を作るもの(赤)		体の調子を整えるもの(緑)				かや熱になるもの(黄)	
	1部 魚 肉 卵 大豆・大豆製品	2部 牛乳・乳製品 卵 鶏卵	3部 野菜・野菜類	4部 その他の野菜 豆類	5部 穀物 いも 砂糖	6部 油類	7部 油類	8部 油類
ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう						
鶏肉が	ぶたにく		にんじん	たまねぎ	じゃがいも さとう			
キャベツとわかめソテー	ちくわ		こまつな	キャベツ				
みそ汁	きぬことうふ			たまねぎ	じゃがいも			

献立表や給食日より、給食に関する情報がたくさん書いてあります。ぜひお子さんと一緒に読んで、給食の献立や食について話すきっかけにいただければと思います。
今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるように努めてまいります。給食へのご理解ご協力をお願いいたします。



(例) 肉じゃがの場合は、「豚肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、砂糖」が使われています。

他にも色々なマークがあるよ！
毎月どんな献立が出るかチェックしてみようね！

アイアン献立

アイアンとは英語で鉄分のことです。
鉄分たっぷりのメニューです。



歯っぴー献立

カルシウムがたっぷりて、よくかむ食材をとり入れたメニューです。



ふるさと献立

福井県の食材を使った料理や郷土料理のメニューです。

