



# 4月の給食カレンダー Vol. 1



楽しい給食にしよう！

令和6年度 大子町立学校給食センター

<p>8日(月)</p>	<p>今日から、令和6年度の学校給食が始まります。今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるように学校給食センター職員一同頑張ります。</p>	<p>12日(金)</p>	<p>楽しい給食の時間を過ごすためには、クラス全員の協力が必要です。全員が手洗いをし、給食当番の人は、身支度を整えましょう。当番以外の人は、教室の空気を入れ替えたり、ゴミを拾ったりして食事のできる環境を作りましょう。一人ひとりができることを見つけ、楽しい給食の時間にしましょう。</p>
<p>④きりぼしだいこんの いために ③とりにくのみそふうみやき</p> <p>②牛乳</p> <p>①ごはん ⑤むぎいり やさいスープ</p> 	<p>学校給食は、成長期のみなさんが健康に育つように、主食・主菜・副菜をそろえ、色々な食品を組み合わせて、栄養バランスのとれた食事ができるようになっています。残さず、おいしくいただきます。</p> <p>※本日の大子町産食材は米です。</p>	<p>④ひじきの いどりあえ ③やさいはるまき</p> <p>②牛乳</p> <p>①ごはん ⑤にくじゃが</p> 	<p>※本日の大子町産食材は米です。</p>
<p>9日(火)</p>	<p>今日から幼稚園、小学校でも給食が始まります。給食には、毎日牛乳が出ます。牛乳には、骨や歯を丈夫にしてくれるカルシウムや、体をつくるもとになるたんぱく質がたくさん含まれています。どちらも成長期のみなさんにとって大切な栄養素なので、毎日しっかり飲むようにしましょう。牛乳は、季節や牛が食べるエサの種類などの違いで味や風味が変わります。</p> <p>※本日の大子町産食材は米です。</p>	<p>15日(月)</p>	<p>大豆を発酵させて醤油を作るように、生の魚を塩で漬けて込んで発酵させてできた物を魚醤といいます。今日の「さばのよしるやき」の「よしる」は、いわしを発酵させて作る石川県能登地方に古くから伝わる魚醤です。これに、さばを漬けて込んで焼きました。風味を味わいながら食べてください。</p> <p>※本日の大子町産食材は米・こんにやくです。</p>
<p>10日(水)</p>	<p>みなさんは毎日、朝・昼・夕の3回の食事をきちんと食べていますか？特に朝ごはんは、一日を元気に過ごすために大切な食事です。朝ごはんを食べることで元気スイッチが入って体温が上がり、眠っていた体や脳が目覚め、活動を始めます。学校での授業を集中して受けるためにも、早寝早起きをして、朝ごはんを食べてから登校しましょう。</p> <p>※本日の大子町産食材は米です。</p>	<p>16日(火)</p>	<p>今日の給食は、「入学・進級お祝い献立」です。ワンタンスープのワンタンは、漢字で「雲呑(雲を呑む)」と書きます。スープの中で浮いているワンタンが、白い雲のように見えることが、その名前の由来です。中国では、白い雲は良い兆しを表すものとされています。そのため、白い雲のように見えるワンタンは、縁起の良い物として食べられています。</p> <p>※本日の大子町産食材は米です。</p>
<p>11日(木)</p>	<p>ホットドックは、アメリカで生まれた料理です。パンにウィンナーを挟んだ姿が犬のダックスフンドに似ていたため、このように名付けられたといわれています。野菜が苦手な人でも、ウィンナーと一緒に挟むとおいしく食べることができます。好みでケチャップをかけて食べてください。</p>	<p>17日(水)</p>	<p>主食とは、ごはんやパン、めん類など、おもにエネルギーのもとになる食品をいいます。大子町の給食に出るごはんは、大子町産のコシヒカリを使用しています。パンは、学校給食用に作られた漂白していないこむぎこを使っています。そのうちの20パーセントは茨城県産の小麦粉です。めん類のソフトメンは、給食用に考えられた麺で、茨城県産の小麦粉が使われています。</p> <p>※本日の大子町産食材は米です。</p>

※食材の都合により、献立内容および地場産物の産地を変更する場合があります。