

給食だより

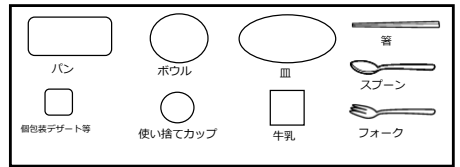


月号

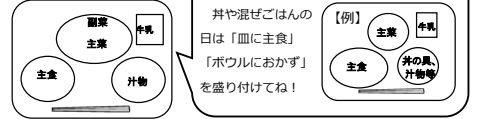
●問合せ●
 秦野市学校給食センター(はだのっ子キッチン)
 電話番号 0463-86-6525 (直通)



【図が表すもの】



【基本の形】



☆ご入学・ご進級おめでとうございます☆

うらかな春の陽気とともに今年度が始まりしました。
 ドキドキ、わくわくしながら新しい学校、新しいクラスで
 みなさんが活躍することを願っています。
 中学校給食も今年で、4回目の春を迎えました。
 調理員とともに、「はだのっ子キッチン」から約4100食
 の給食をおいしく、安全にお届けします。
 学校給食及び食育に、ご理解ご協力をお願いいたします。

給食を食べる前に…

4月11日からいよいよ給食が始まり
 ます。給食のルールを守って楽しい
 給食の時間にしましょう。



- ☑手洗いはしましたか？
- ☑当番さんはエプロンや
三角巾、マスクは正しく
できていますか？
- ☑つめは短く切れていますか？
- ★ランチマットを敷くとよいですね！

実施日 日 曜	盛付図	献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き			栄 養 量				給食センター 栄養士からの メモ		本 市	南 東	北	大 根	南 西	南 が 丘	赤 沢 西	赤 沢 東
			おもに体の組織をつくる 1群・2群	おもに体の調子を整える 3群・4群	おもにエネルギーとなる 5群・6群	総エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (%)	塩分 (g)										
11 金		焼肉丼(ごはん)(具) ピリ辛きゅうり 白玉スープ 牛乳	豚肉 木綿豆腐 なると 昆布 牛乳	にら にんじん 小松菜 にんにく しいたけ 玉ねぎ きゅうり しょうが しめじ	米 カルシウム強化米 砂糖 片栗粉 白玉 サラダ油 (米油) ごま油	731	30.5	24.4	3.3	ご入学、ご進級おめでとう ございます。 新しいクラスでの給食は、 マナーを守って楽しい時間 となるようにしましょう。		1年	○	○	○	○	○	○	○
14 月		ごはん 麻婆豆腐 揚げ餃子 焼肉と野菜のナムル 牛乳	木綿豆腐 豚ひき肉 赤みそ 餃子 鶏ささみ 牛乳	にんじん 小松菜 しょうが にんにく 長ねぎ 緑豆もやし	米 カルシウム強化米 砂糖 片栗粉 サラダ油 (米油) 米油 ごま油 ごま	836	35.7	33.2	3.0	給食当番の人は、クラス全 員の為に、身支度手洗いを して、心を込めて配膳しま しょう。給食当番以外の人も 手洗いをしましょう。		1年	○	○	○	○	○	○	○
15 火		ホットドック(ウインナー) (せんきゃべツ) 野菜のスープ煮 牛乳	フランクフルト 鶏肉 牛乳	にんじん 小松菜 キャベツ 玉ねぎ セロリ ホールコーン	ソフトフランスパン 砂糖 じゃがいも	701	31.2	17.8	4.4	中学校ではパンは個別装 で出します。袋を開けて食 べましょう。片づける時は 小さく短く入っていた大 きな袋にまとめて入れま しょう。		1年	○	○	○	○	○	○	○
16 水		ちらし寿司 鶏肉のから揚げ すまし汁 いよかんゼリー 牛乳	鶏ひき肉 鶏肉 木綿豆腐 なると 牛乳	にんじん 小松菜 しいたけ しょうが 長ねぎ 大根 しめじ いよかんゼリー	米 カルシウム強化米 砂糖 片栗粉 米油	794	34.6	32.0	3.3	そろそろ疲れがたまってきた ころでしょうか？朝ごはん をしっかり食べて元気に登校 しましょう。そのために早 寝、早起きを心がけましょ う。		1年	○	○	○	○	○	○	○
17 木		いちごゼリー コーンソーサー カレーライス(ごはん)(具) 牛乳	豚肉 牛乳	にんじん 玉ねぎ にんにく しょうが りんごソース ホールコーン キャベツ いちごゼリー	米 カルシウム強化米 じゃがいも 砂糖 サラダ油 (米油) カレーパウダー	776	26.3	23.5	2.6	いちごは2月～4月が旬 の果物です。秦野市でも多 く栽培されています。いち ごの花言葉は「あなたを喜 ばせる」だそうです。		1年	○	○	○	○	○	○	○
18 金		鮭の塩焼き(1個) カラフルおひたし 牛乳	塩鮭 かつおぶし 豚肉 赤みそ 白みそ 牛乳	小松菜 にんじん キャベツ ホールコーン 大根 ごぼう 長ねぎ	米 じゃがいも こんにゃく	708	40.6	24.7	3.4	鮭の塩焼きは1切ずつ天板 に並べてスチームコンベク ションオープンで焼いていま す。背に気をつけながらよく 噛んで食べましょう。		1年	○	○	○	○	○	○	○
21 月		中華丼(ごはん)(具) 牛乳	豚肉 うずら卵 なると 牛乳	にんじん 小松菜 キャベツ 玉ねぎ たけのこ ホールコーン	米 カルシウム強化米 しょうが 砂糖 しょうが 米油 米油	791	28.1	27.9	2.5	毎日変わらずに出るのが 「牛乳」です。牛乳はカル シウムを多く含み、成長期 のみなさんにはとってほし い食材です。		1年	○	○	○	○	○	○	○
22 火		黒パン 鶏肉のハーブ焼き 小松菜とベーコンのペンネ コンソメスープ 牛乳	鶏肉 ベーコン 牛乳	にんじん 小松菜 玉ねぎ キャベツ セロリ	黒パン ベンネ サラダ油 (米油) バター	805	41.7	30.1	4.5	小松菜は秦野市で多く栽 培されている野菜の1つで す。カルシウムやビタミンC が豊富です。茹でたり、炒 めたりすることで食べやす くなります。		1年	○	○	○	○	○	○	○
23 水		りんごタルト 肉野菜炒め 赤飯 かぼの味噌汁 牛乳	豚肉 油揚げ 赤みそ 白みそ わかめ 牛乳	にんじん にら かぶ (葉) 小松菜 にんにく しいたけ 玉ねぎ かぶ	赤飯 砂糖 片栗粉 りんごタルト ごま塩 サラダ油 (米油)	790	32.5	21.8	2.7	★入学、ご進級おめでとう★ お赤飯はお祝いとき食べま す。赤色は魔除けの意味があ り、皆さんの学校生活が平和に 過ごせることを願っています。		1年	○	○	○	○	○	○	○
24 木		食野の桜のチョコ カップケーキ コーンピラフ 肉野菜炒め 牛乳	肉だんご 鶏ささみ 牛乳 脱脂粉乳	にんじん トマト 缶 ホールコーン 玉ねぎ エリンギ マッシュルーム キャベツ さくらの塩漬け	米 カルシウム強化米 砂糖 ホットケーキミックス チョコレート サラダ油 (米油)	845	29.5	14.9	3.4	★ふるさと秦野食育DAY★ 八重桜の塩漬けは、秦野市 の名産品です。今日は、チョコ チップを加えてカップケーキに しました。桜の香りも味わって ください。		1年	○	○	○	○	○	○	○
25 金		春野菜の旨煮(2個) ささみとキャベツの昆布和え 牛乳	鶏肉 やさ いふりかけ 昆布 牛乳	にんじん やさしいんげん キャベツ きゅうり 玉ねぎ しょうが	米 片栗粉 じゃがいも 砂糖 米油 ごま油	735	39.3	21.4	2.9	春野菜の旨煮は、春に 収穫されたにんじんやじゃ がいも、玉ねぎを使ってい ます。春のやさしい恵みを 残さずに食べましょう。		1年	○	○	○	○	○	○	○
28 月		甘辛からあげ丼(ごはん)(具) 牛乳	鶏肉 まぐろ油揚げ 木綿豆腐 なると わかめ 牛乳	ごねぎ にんじん 小松菜 長ねぎ えのきたけ たけのこ	米 カルシウム強化米 片栗粉 砂糖 米油	794	32.5	33.3	3.0	「いただきます。」「ごち そうさまでした。」「あいま つは、心を込めてできていま すか？」「あいまつをい ま一度考えてみましょう。		1年	○	○	○	○	○	○	○
30 水		鶏肉のハーブ ソース ベジピラフ クリームシチュー 牛乳	鶏肉 牛乳 脱脂粉乳	にんじん 小松菜 グリーンピース 玉ねぎ りんごソース レモン汁	米 カルシウム強化米 片栗粉 砂糖 じゃがいも 小麦粉 サラダ油 (米油) 米油 バター	837	36.0	34.0	2.8	4月も今日で終わりです。 新しい生活にはすっかり 慣れたでしょうか？「ゴー デンウィーク」も「早寝、 早起き、朝ごはん」を忘れ ずに！		1年	○	○	○	○	○	○	○

※都合により、食材や産地が変更になる場合があります。

あたたかな春の風と共に令和7年度がスタートしました。4月は新しい出会い、環境でワクワクと少しの不安をみんな抱えて過ごす1か月です。心新たにさまざまなことに“挑戦”し、たくさんの思い出を作りましょう。



はだのっ子キッチンからのおねがい



小学校とは違い、中学校では学校給食センター(はだのっ子キッチン)で作ってお届けしています。小学校のときと給食のルールが違うかもしれませんが。担任の先生とよく確認して、給食を食べるみなさんも作る調理員さんも気持ちよく過ごせるように、ご協力をお願いします。

①お残しはそれぞれの食缶に戻します。



学校給食センターでは毎日それぞれの料理の残量を量っています。

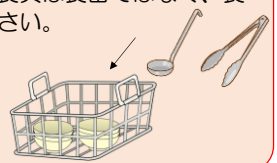
例えば、カレーの食缶の中に牛乳やごはんなど別の料理を入れてしまうと、正しく量れません。必ず、入っていた食缶に戻してください。パンも同じように入っていた袋に戻しましょう。牛乳は学校のルールに従って片づけてください。(学校給食センターには戻しません。)

②食具(トングやおたま、しゃもじなど)は、食器かごに入れましょう。

トングやおたま、しゃもじなど食具は食缶ではなく、食器と一緒にコンテナに戻してください。

絶対に食缶に入れっぱなしにしてはいけません。

学校給食センターにある食洗器が壊れる原因になります。



③パンの袋は小さく結んで、入っていた袋に入れましょう。

小学校とは違い、パンは1つずつ袋に入っています。食べ終わったら、袋は小さくまとめて、クラス全員分が入っていた大きな袋に入れて学校給食センターに戻しましょう。

残すときは、入っていた袋に戻して大きい袋に入れて、学校給食センターに戻してください。

絶対に食缶には入れません!!



④トレーの間などに何も挟まっていないか確認しましょう!

トレーの間などにプリントや磁石など挟まっていますか?必ず確認しましょう。去年は付箋や名前のマグネット、タブレットの管理番号が書かれた青いシール…なんと試験対策のプリントも!トレーの間に挟まって戻ってきました。給食を食べるときは机の上をきれいにし、できればランチマットを敷きましょう。



4月の行事食



入学・進級おめでとう献立(23日)

1年生の入学と2、3年生の進級を祝ってお赤飯を出します。お赤飯の赤には邪気を払うと信じられており、皆さんの学校生活が平穏に送れることを願っています。

ふるさと秦野食育DAY(24日)

秦野市のハ重桜を使ったカップケーキを出します。食用の桜の生産が盛んで、全国シェア8割以上を占めています。今年はチョコチップも入れて焼きました。桜のやさしい香りを味わってくださいね。

市制施行70周年記念給食の名前が決まりました!

1月に募集した市制施行70周年記念給食の名前が決まりました。

●中学校の部

「未来へつなぐ70周年給食」

西中学校 新2年 新垣メイサさん



市制施行70周年のテーマである

「みんなでつなぐ未来のHADANO」にあるとおり、未来へつなぐイメージが想像できるため選定しました。

2学期にふるさと大使考案の給食を出します。

3月に教育長から表彰状をお渡ししました。



秦野市学校給食センター (はだのっ子キッチン)

令和3年度より
 市内中学校9校に給食の
 調理、配送を行っています。
 今年度のスタッフを紹介します☆

栄養士: 山口奈緒美 吉野慶子 及川しず子
 調理: ハーベストネクスト株式会社

安全な給食提供に努めます。よろしくお願いいたします。



保護者の方へ



中学校給食は毎月5,100円(8月を除く11か月)になります。

3年生は3月の引き落としがありません。

詳細は後日送付する「学校給食納入通知書」をご確認ください。

4月分の給食費の引き落としは、

28日(月)です。

※小学校のときとは金額が違います。

前日までに必ず **残高の確認** をお願いいたします。