



下田学校給食共同調理場 Tel (46) 4615 Fax (46) 4615



ご入学・ご進級

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。子どもたちの心と体の健やかな 成長を支えるため、調理場職員一同、力を合わ せて、安全安心なおいしい給食をお届けします。 今年度も学校給食にご理解とご協力をよろしく お願いいたします。

お届けします!安全・安心で

下田学校給食共同調理場

〇職員数 栄養士 1名 調理員 (オーシャンシステム) 10名

〇給食受配校(6校)

長沢小学校 飯田小学校 笹岡小学校 下田中学校 大浦小学校

森町小学校

○総食数・・・・約710食

条市の学校給食について

三条市の学校給食は、主食・主菜・副菜がそろっ た『お膳のかたち』を基本とし、多くの食品をバラ ンスよくとれるように工夫しています。

給食のごはんは、三条産コシヒカリ(特別栽培 米)を、胚芽やぬかを少し残した「七分つき米」に して使用しています。「七分つき米」にすることで、 現代の食事で不足しがちな鉄や食物せんいを精白米 よりも多く摂取することができます。



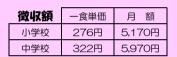


給食費は、原則として8月・3月 を除く10か月に分けて集めていま す。なお、2月の給食費は、年間給食 回数により、金額を調整します。入院 などで長期欠食する時は、給食費を返 金できる場合がありますので学校にこ 相談ください。



三条市では、地場産の食材を使った給食の 提供に力を入れています。年間を通じて三条 市内で収穫された新鮮な野菜やくだものが給 食に登場します。





今月の予定

7日(火) 長沢小給食開始 (1年は9日から) 笹岡小給食開始 (1年は8日から) 大浦小給食開始 (1年は8日から) 飯田小給食開始 (1年は9日から) 森町小・下田中なし

8FL (7k) 森町小給食開始 (1年は10日から) 下田中給食開始

20日(月) 森町小給食なし 飯田小給食なし

27日 (月) 大浦小給食なし



动知与世

ドリンクタイム(給食とは別に牛乳を飲む時間)は月曜から木曜日に行います。ただし、第2・4週の水曜日は小小 学校では牛乳がつかないため





小学校1年生は、 4月と5月の間、 100cc牛乳を 飲みます。



こんだて	副菜(ふくさい) 主菜(しゅさい)				\supset						がわりきんぴら さけのしおやき ヨーグルト ごはん さわにわん					9 きゃべつとコーンのザラダ でりやきハンバーグ ごはん わかめの みそしる						かんきつくだもの **** だいずとびじきのサラダ								
ドリンクタイム							ぎゅうにゅう					中学のみぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう													
エネルギー	小	630	kcal	中	823	kcal	/]\	690	kcal	中	819	kcal	/]\	566	kcal	中	720	kcal	小	654	kcal	中	781	kcal	小	589	kcal	中	702	kcal
たんぱく質	/]\	26	g	中	34	g	/J\	26.9	g	中	31.6	g	/]\	24.2	g	中	33.7	g	/]\	24.8	g	中	29.2	g	/]\	16.8	g	中	19.0	g
塩分	/]\	2↓	g	中	2.5↓	g	/J\	2.0	g	中	2.3	g	/]\	2.5	g	中	2.8	g	/]\	2.8	g	中	3.2	g	/]\	3.0	g	中	3.4	g
あ か	体を成長させるもとになる食品						-, -, -, -, -, -, -, -, -, -, -, -, -, -										ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ とうふ あぶらあげ わかめ みそ						ぶたにく ぎゅうにゅう だいず ひじき ハム							
みどり	体のちょうしをととのえる食品						もやし こまつな しめじ たまねぎ											きゃべつ にんじん きゅうり コーン だいこん しめじ ねぎ						にんじん たまねぎ りんごピューレ きゃべつ こまつな にんじん かんきつくだもの						
ŧ	体を	うごかす	エネル	ギーの	もとにな	る食品		いたくりこ さとう		ぶら			こめ し	ごやがい め	も あぶ	ら さ	こう		こめ たあぶら	かたくりこ	さとう	i			こめま	あぶら:	カレール	<i>ッ</i> ウ さと	う	

★エネルギー・たんぱく質・塩分の表示は、左側が小学校、右側が中学校です。





2020年 4月 きゅうしょくだより ②



下田学校給食共同調理場

給食のきまり と 食事のマナー

給食の時間は、食べ物のことや栄養のことを勉強する時間です。 一人ひとりが給 食のきまりと食事のマナーをしっかりと守り、全員で楽しい給食の時間にしましょ う。





食器や食缶を床におかない



食器は正しくならべよう



よい姿勢・ 正しい持ち方で





★食器やはし、スプーンは、みんながくりかえし使うものです。大切にあつかいましょう。※



