



給食目標：給食時間の約束を守ろう

山県市立  
伊自良南小学校

月	火	水	木	金
5	6	7	8	9
	<p>ご入学おめでとうございます</p>	<p>入学おめでとう</p> <p>にゅうがくしき しぎょうしき</p>	<p>グリーンサラダ</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>ヨーグルト</p> <p>カレーライス ふくじんづけ</p>	<p>ほうれんそうのおひたし</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>しろみざかなの あまずあんからめ</p> <p>わかめごはん きりぼしだいこんのみそしる</p>
12	13	14	15	16
<p>おいわいこんだて お祝い献立</p> <p>はくさいのおかかあえ</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>とりにくのかおりあげ いちごゼリー</p> <p>お祝い かおりあげ いちごゼリー</p> <p>せきはん すましじる</p>	<p>パンサンスー</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>やきぎょうざ</p> <p>むぎごはん マーボーどうふ</p>	<p>生活習慣病予防献立</p> <p>きりぼしだいこんの あえもの</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>にくじゃが</p> <p>むぎごはん しろみそしる</p>	<p>もやしナムル</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>ウインナー</p> <p>こがたパン やきそば</p>	<p>いい歯の日</p> <p>キャベツのごまあえ</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>ししやもの あまだれ</p> <p>むぎごはん えのきのみそしる</p>
19	20	21	22	23
<p>いそかあえ</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>さばのごまだれやき</p> <p>ゆかりごはん のっぺいじる</p>	<p>コーンサラダ</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>いかフリッター</p> <p>くろパン クリームシチュー</p>	<p>キャベツのしおこんぶあえ</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>とりにくのてりやき ブチゼリー(団子)</p> <p>むぎごはん みそしる</p>	<p>ほうれんそうのソテー</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>ペイクドポテト</p> <p>ソフトめん ミートソース</p>	<p>ちゅうかサラダ</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>ホイコーロー</p> <p>むぎごはん ちゅうかふうコーンたまごスープ</p>
26	27	28	29	30
<p>キャベツのゆかりあえ</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>あつあけのにくみそかけ</p> <p>むぎごはん いかまぼこのすましじる</p>	<p>やさしいサラダ</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>ハンバーグの ケチャップソース</p> <p>しょくパン いちごジャム</p> <p>ポテトスープ</p>	<p>きんぴら</p> <p>ひるがの牛乳</p> <p>さわらのてりやき</p> <p>たけのこごはん ふのすましじる</p>	<p>昭和の日</p>	<p>体験的学習活動等休業日</p>

## ご入学・ご進級おめでとうございます

新年度が始まりました。食を通じて、子どもたちが元気に毎日をすごしていけるように努めていきますので、よろしくお願いたします。

### 学校における食育とは



食育は生きる上での基本で知育、徳育、体育の基礎となるべきものとされています。学校においては、学校給食や食に関する指導を通して子どもたちが望ましい食習慣や食に関する知識を身につけられるようにすすめていきます。

### 生活習慣病を予防しよう ～4月14日は生活習慣病予防献立～



山県市では、毎月「生活習慣病予防献立」を取り入れています。健康で長く生きるためには、生活習慣病にならないことが一番の条件です。日頃から規則正しい食生活と適度な運動、休養を心がけましょう。

★昨年度より、裏面の食材一覧表に「脂質(%)」を載せました。算出の仕方・基準値も記入してあります。参考してみてください。

1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。

2 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、および望ましい食習慣を養うこと。

3 学校生活を豊かにし、明るい社交性および協同の精神を養うこと。

4 食生活が自然の恵みの上に成り立つものであることについての理解を深め、生命および自然を尊重する精神ならびに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

5 食生活が食に力がかかる人びとのさまざまな活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。

6 わが国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

7 食料の生産、流通および消費について、正しい理解に導くこと。

### 学校給食の目標

【学校給食法】第二条より

健康

判断力  
理解

明るい社交性  
協同の精神

いただきます

感謝

食文化  
伝統

※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。  
※食材の関係で献立変更する場合があります。