

給食だより 4月

2018年(平成30年)
福山市教育委員会
(学校保健課)



今月の給食目標

ご入学、ご進級おめでとうございます。
毎日の給食が楽しみになるよう、安心安全でおいしい給食を届けていきます。
この給食だよりでは、給食の話題や食に関する情報をお知らせします。ご家庭で
お子さんと一緒にご覧いただき、食について話してみましょう。

今日の給食について知ろう

福山市の学校給食を紹介します!

デザート

季節の果物やゼリー、ケーキ等が
つくこともあります。

牛乳

毎日1本(200ml)つきます。
1日に必要なカルシウムの約4分の1をと
ることができます。

主食

- ★ごはん…週4回あります。
(麦ごはん・変わりごはん・丼もの等)
- ★パン…週1回あります。
(黒糖パン・パンブキンパン等)

副食

- ★旬の食材や地元でとれた野菜を使った
献立を心がけています。
- ★郷土料理や行事食、親善友好都市の料
理も取り入れています。(うずみ等)

福山市では、学校給食や食育の取組を、
ホームページとフェイスブックにて紹介
しています。ぜひご覧ください。

ブロック献立

福山市内を8ブロック(A~H)・2センターに分け、
各地域の特色を生かした独自献立を実施しています。

ホームページ



学校保健課では、給食レシピ等も紹介しています♪

福山市 食育学校給食

検索

フェイスブック



地産地消、食育の取組等を紹介しています♪

地産地消! ふくやま Facebook

検索



給食では、地場産物(ふくやまSUN・福山市内産・広島県内産)をできるだけ使用します。
(材料欄の太字で書かれている材料が地場産物です。天候等により使用できない場合もあります。)

今月の献立 ※ぎゅうにゅうは、毎日あります

日 (曜)	こんだてめい D班校 (神辺ブロック)	主な材料			調味料	E礼拝 +和カリ-
		(き) 主に熱や力になる もの	(あか) 主に血や肉になる もの	(みどり) 主に体の調子を整える もの		
6 (金)	パン てりやきチキン おんやさい ワンタンスープ 神辺ブロック献立	パン かたくりこ さとう ワンタンめん	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	キャベツ たまねぎ チンゲンさい にんじん もやし ほししいたけ	みりん しょうゆ さけ しお こしょう とりがらすープ	570
9 (月)	パン いちごジャム やさいソテー ポテトスープ 入学式	パン いちごジャム じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう とりにく ウインナー	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ とうもろこし	しお こしょう とりがらすープ	596
10 (火)	ポークカレーライス はるキャベツのサラダ	ごはん じゃがいも あぶら こむぎこ バター さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく	にんじん たまねぎ グリーンピース にんにく アップルソース はるキャベツ ぎゅうり	しお こしょう ウスターソース とんかつソース ケチャップ しょうゆ す カレーこ	683
11 (水)	ごはん さばのてりに こんぶあえ ぶたじる	ごはん さとう じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう さば しおこんぶ ぶたにく ちゅうみそ	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ こんにゃく	みりん さけ しょうゆ す しお だしiriこ	640

今月の献立 ※ぎょうにゅうは、毎日あります

日 (曜)	こ ん だ て め い D班校 (神辺ブロック)	主 な 材 料			調味料	E値キ - 和カリ
		(き) 主に熱や力になる もの	(あか) 主に血や肉になる もの	(みどり) 主に体の調子を整える もの		
12 (木)	ごはん マーボー豆腐 ちゅうかサラダ	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ はるさめ しろごま	ぎょうにゅう とうふ ぶたにく あかみそ ロースハム	たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ しょうが にんにく キャベツ きゅうり もやし	しょうゆ トウバンジャン しお す	660
13 (金)	パン とりのからあげ ポイルキャベツ オニオンスープ 	パン かたくりこ あぶら	ぎょうにゅう とりにく ベーコン	しょうが にんにく はるキャベツ にんじん たまねぎ セロリー とうもろこし	しょうゆ しお こしょう とりがらすープ	654
16 (月)	ピピンバ かんこくふうスープ みしょうかん  旬の果物	ごはん あぶら さとう しろごま ごまあぶら トック	ぎょうにゅう ぶたにく あかみそ とりにく わかめ	にんにく きゅうり もやし にんじん たまねぎ ねぎ みしょうかん	しょうゆ みりん トウバンジャン うすくちしょうゆ しお こしょう とりがらすープ	698
17 (火)	ごはん さわらのかわりソースかけ おんやさい わかたけじる 	ごはん かたくりこ あぶら さとう	ぎょうにゅう さわら とうふ わかめ	キャベツ  にんじん ねぎ たけのこ えのきだけ	からし す しょうゆ しお うすくちしょうゆ だしこんぶ けずりぶし	635
18 (水)	ごはん にくじゃが はりはりづけ 	ごはん じゃがいも あぶら さとう	ぎょうにゅう ぶたにく しらすぼし しおこんぶ	たまねぎ にんじん グリーンピース こんにゃく きゅうり きりぼしだいこん	しょうゆ す みりん しお うすくちしょうゆ	640
19 (木)	おやこどんぶり ツナフレークあえ 	ごはん あぶら さとう	ぎょうにゅう とりにく たまご まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ キャベツ ほうれんそう	けずりぶし だしこんぶ しお みりん しょうゆ	632
20 (金)	こがたパン ミートスパゲティ アスパラサラダ ヨーグルト  	パン スパゲティ さとう あぶら	ぎょうにゅう ぎょうにく ロースハム ヨーグルト	グリーンピース たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく キャベツ とうもろこし グリーンアスパラガス	あかワイン しお こしょう ケチャップ トマトピューレ ウスターソース す	639
23 (月)	むぎごはん ちくぜんに かつおあえ 	むぎ ごはん じゃがいも さとう あぶら	ぎょうにゅう とりにく ちくわ かつおぶし	ごぼう にんじん こんにゃく れんこん さやいんげん こまつな もやし	みりん しょうゆ しお うすくちしょうゆ	575
24 (火)	ごはん あじのたつたあげ ゆかりづけ みそしる 	ごはん かたくりこ あぶら	ぎょうにゅう あじ とうふ あぶらあげ ちゅうみそ	しょうが きゅうり にんじん たまねぎ しめじ ねぎ	しょうゆ ゆかり しお だしりりこ	678
25 (水)	ごはん だいずのいそに パリパリサラダ 	ごはん じゃがいも さとう あぶら	ぎょうにゅう だいず とりにく ちくわ ひじき	にんじん たまねぎ さやいんげん こんにゃく キャベツ きゅうり たくあんづけ	みりん しょうゆ す しお	600
26 (木)	たけのこごはん きりぼしだいこんのにつけ しらたまじる  	ごはん あぶら さとう しらたまもち 神石産の大豆を使用	ぎょうにゅう とりにく ぶたにく あぶらあげ 	たけのこ にんじん ほししいたけ たまねぎ チンゲンさい きりぼしだいこん さやいんげん	みりん しょうゆ しお だしこんぶ けずりぶし	592
27 (金)	ツナサンド あつくもえろ!!Cスープ ぶどうゼリー 	しょくパン マヨネーズ じゃがいも あぶら ぶどうゼリー	ぎょうにゅう まぐろあぶらづけ ベーコン しらすぼし	キャベツ きゅうり グリーンアスパラガス たまねぎ しめじ とうもろこし	しお こしょう ケチャップ トマトジュース とりがらすープ	633
29 (日)	毎月29日は…ふくやま地産地消の日			 地元の食材を見つけて、ご家庭でも食べてみませんか？		