

4月こんだてひょう

舞鶴市立福井小学校
令和6年4月10日

ご入学・ご進級おめでとうございます

こころもからだも元気でたくましい子になるように何でもたべましょう！



学校給食では地産地消に取り組んでいます！

- 1週間に3回のご飯には、まいづる産のコシヒカリ米を使用しています。
- 地場産物の日…まいづる港で水揚げされた魚介類を月に1～2回使用しています。
(ブリ・サバ・シイラ・ハタハタ・サワラ・カワハギ・アジ・トビウオ・ツバス・カマス・アカモク等を予定しています。)
- 食材は、なるべく国産の物を使用し、地元の業者から仕入れています。



月曜日 (ごはん)	火曜日 (加工ごはん)	水曜日 (加工パン)	木曜日 (麦入りごはん)	金曜日 (パン)
<p>こんげつ じばさんぶつ 今月の地場産物</p> <p>まいづる うみ 舞鶴の海で とれたものです。</p>		<p>きゅうしよくも もの 給食の持ち物</p> <p>はブラシ マスク はし コップ ハンカチも わすれずに</p>	<p>11日 (木)</p> <p>(麦入りごはん) しゃきしゃき牛丼 若竹汁</p> <p>くしゃきしゃき牛丼 かみごたえとカルシウムを上げるために、切干大根を入れています。ヘルシーで、経済的なので、ご家庭でもおすすめです。</p>	<p>12日 (金)</p> <p>パン ツナサンド ほうれん草のクリームスープ</p> <p><ツナサンド> ツナ、たまねぎ、胡瓜をマヨネーズで和えたものです。学校は、殺菌のため、たまねぎや胡瓜などもボイルをしています。</p>
15日 (月)	16日 (火)	17日 (水)	18日 (木)	19日 (金)
<p>ごはん マーボー豆腐 切干大根のナムル</p> <p><マーボー豆腐> 学校のマーボー豆腐は、たまねぎ、にんじんの甘みにトウパンジャンの辛味を少し効かせているのが特徴です。</p>	<p>チキンライス 野菜チップス コーン卵スープ</p> <p><野菜チップス> さつまいもとごぼうのチップスです。苦手な野菜もチップスにすると、食べやすく変身します。</p>	<p>味付けパン カレービーンズ コーンサラダ</p> <p><カレービーンズ> 昭和の時代から愛されている給食の定番メニューの一つです。大豆には、タンパク質やカルシウムを多く含んでいます。</p>	<p>麦入りごはん 手作りハンバーグ ゆでキャベツ じゃが芋のみそ汁</p> <p><手作りハンバーグ> つなぎのパン粉の代わりに、豆腐を使います。ヘルシー&カルシウムアップで健康食にもおすすめです。</p>	<p>パン イタリانسパゲティ フルーツヨーグルト</p> <p><ナポリタンスパゲティ> ベーコン、たまねぎ、にんじん、ピーマンの入ったクチャップ味のスパゲティです。</p>
22日 (月)	23日 (火)	24日 (水)	25日 (木) <地場産物の日>	26日 (金)
<p>ごはん 肉じゃが ごま和え</p> <p><ごま和え> 小松菜、にんじん、キャベツのごま和えです。小松菜には、カルシウムが多く含まれているので、給食によく使います。</p>	<p>キムチとたくあんのまぜごはん 竹輪の磯辺揚げ 小松菜のみそ汁</p> <p><キムチとたくあんのまぜごはん> キムチの辛味とたくあんの食感が楽しいまぜごはんです。よく噛んで食べましょう。</p>	<p>振り仮名 振替休業日 (27日分)</p>	<p>わかめごはん サバのカレー揚げ 玉葱のみそ汁</p> <p><まいづる産サバのカレー揚げ> まいづる産の新鮮な魚を使います。サバ特有の風味を、カレー粉やガーリックで食べやすく仕上げられています。</p>	<p>小型パン 衣笠うどん 大豆と煮干しの揚げ煮</p> <p><大豆と煮干しの揚げ煮> 和の食材の大豆と煮干しを使った揚げ煮です。醤油と砂糖のタレと大豆と煮干しにマッチして、人気メニューです。</p>
27日 (土) <参観日>	29日 (月)	30日 (火)	<p>給食当番の白衣を持ち帰った際は、洗濯、殺菌・消毒のためアイロンがけをお願いします。又、ボタンのほつれなどの修繕のご協力もお願いします。紐やボタンなど入り用の際は、遠慮なく学校に連絡をください。</p>	
<p>ごはん ビーフカレー パインサラダ お楽しみデザート</p> <p><ビーフカレー> 給食の人気メニューの一つです。大きな釜で煮込んだカレーは、一味違った奥深い味に仕上がります。</p>	<p>昭和の日</p>	<p>いらっしやい集会 親睦遠足</p> <p>お弁当が必要です。</p>		