


給食献立表

令和5年4月

石川県立盲学校

	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
※牛乳は毎日つきます。 ※献立は都合により変更することがあります。	赤飯 入学進級お祝い献立 魚の西京焼き(さわら)付) 粉ふき芋・人参甘煮 マカロニサラダ 紅白のすまし汁 デザート	チキンカレー カラフルサラダ 果物(バナナ)	麦ごはん 豆腐の肉みそかけ付) 人参甘煮 金平ごぼう 春キャベツのみそ汁	ツナピザトースト とり肉とひじきのサラダ 打ち豆入コーンスープ
17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
ご飯 ハンバーグ 付) 粉ふきいも グリーンサラダ ふわふわスープ	わかめご飯 とり肉のアーモンドからめ付) ゆで野菜 じゃが芋のみそ汁 フルーツポンチ (いちごゼリー入り)	春野菜のペペロンチーノ風 チリポテト ミネストローネ	ご飯 魚の山椒焼き(さば)付) ゆで野菜 磯和え 筑前煮	パン ポテトミートグラタン 切干大根としらすのサラダ 野菜スープ
22 (土) 授業参観日	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)
ご飯 治部煮 車麩のお浸し めった汁 石川県	カレーピラフ いかメンチ 付) 人参グラッセ 野菜スープ	セルフおにぎり 具たくさん豚汁 高野豆腐と竹輪の煮物 切干大根の和え物 避難訓練	ご飯 ふくらぎの甘酢あんかけ 大根サラダ みそチゲ風スープ	遠足 

ご入学、ご進級おめでとうございます

新しい学校、新しい学年になり児童生徒のみなさんは期待と不安で胸がいっぱいにふくらんでいることでしょう。心と体の健やかな成長を願って、今年度もおいしくて安全な給食を提供できるよう、給食室一同力を合わせていきたいと思ひます。



学校給食について

学校給食は、児童生徒が栄養バランスのとれた食事をクラスの仲間や先生と一緒に食べながら、心と体の健全な発達を促し、食に関する正しい理解と判断力を養うため、学校教育の一環として実施されています。

学校給食には、7つの目標があります。

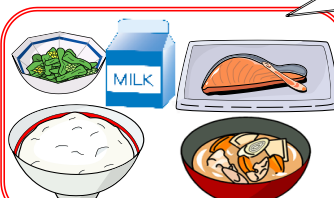
- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い望ましい食習慣を養うこと。
- 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

給食の内容

副菜：体の調子を整えるビタミン・ミネラルを含みます。
サラダや和え物、煮物、汁物など

主食：体を動かすエネルギー源です。
ごはんは週3～4回、
麺(又はパン)は週1～2回です。

主菜：体を作るたんぱく質や脂質を含みます。
肉、魚、卵、大豆・大豆製品を使った料理です。焼き物、揚げ物、煮物、炒め物など



牛乳：成長に必要なカルシウム、ビタミン、たんぱく質を補うため、毎日つきます。

和食・洋食・中華料理で、バラエティに富んだ献立を心がけています。
行事食、郷土料理、季節感のある料理を取り入れています。

