

給食献立表

令和6年4月

石川県立盲学校

	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (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 鶏のごま照り焼き マカロニサラダ 紅白のすまし汁 お祝いデザート	枝豆カレーライス(リクエスト) 令和5年度リクエスト カラフルサラダ 果物 (バナナ)	ご飯 豆腐の肉みそかけ 金平ごぼう 春キャベツのみそ汁	パン コーンチャウダー 野菜サラダ ヨーグルト
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)
ご飯 ミートローフ 付)焼きポテト 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)	春野菜のペペロンチーノ風 旬の食材 チリポテト ミネストローネ	ご飯 魚の石垣焼き(さば) 付) 人参甘煮 磯和え 筑前煮	ツナピザトースト 鶏肉とひじきのサラダ 打ち豆入コーンスープ
20 (土) 授業参観日	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)
ご飯 治部煮 車麩のお浸し めった汁 石川県	たけのご混ぜご飯 メンチカツ 付) キャベツのアーモンド和え 肉じゃが	ライスクッキー(備蓄食品) 高野豆腐と竹輪の煮物 具だくさんすまし汁 火災避難訓練	ご飯 ふくらぎの野菜あんかけ ごま風味サラダ みそチゲ風スープ	パン ポテトミートグラタン(ムサ) 切干大根としらすのサラダ 野菜スープ
30 (火) 遠足	<h2>ご入学、ご進級おめでとうございます</h2> <p>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のことでしょう。皆さんの心と体の健やかな成長を願って、安全で栄養バランスのとれた、美味しい給食を提供していきたいと思ひます。</p>			

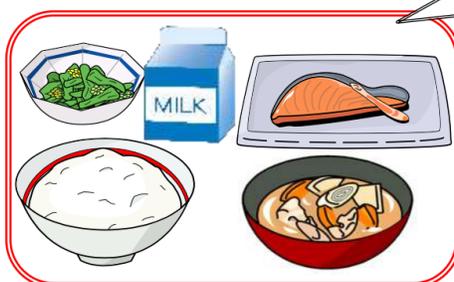


給食の内容

③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

①主食：体を動かすエネルギー源です。
ごはんは、週3～4回、
パン又は麺は、週1～2回です。

②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



④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。



食育の視点

学校教育活動全体を通して、学校における食育を図り、食に関わる資質・能力を次のとおり育成することを目指します。

- 食事の重要性** 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。
- 心身の健康** 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。
- 食品を選択する能力** 正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について、自ら判断できる能力を身に付ける。
- 感謝の心** 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。
- 社会性** 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。
- 食文化** 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。