

給食だより

令和2年4月号
千代田町学校給食センター
おうちのひととよんでね

新しい1年がスタートしました。進級進学おめでとうございます！新しい生活の始まりに、ドキドキとわくわくでいっぱいだと思います。運動や勉強などいろいろなことにチャレンジし、たくさん成長できる1年にしたいですね。

☆☆☆給食がはじまります☆☆☆



千代田町の給食

千代田町では、西小学校のとなりにある給食センターで、所長、栄養教諭、8名の調理員、計10名のスタッフで給食を作っています。栄養バランスが整い、安全で、愛情のこもったあたたかい給食を届けます。

千代田町の野菜

季節ごとに千代田町で生産された旬の野菜を使用しています。

【おもな野菜】

春…キャベツ、たまねぎ
じゃがいも
夏…たまねぎ、ピーマン
ゴーヤ、かぼちゃ
秋…にんじん、さといも、だいこん
冬…さといも、だいこん、にんじん、
ながねぎ、はくさい、キャベツ



千代田町のお米

ごはんの日は週3回です。千代田町でとれたお米を使っています。品種はあさひの夢です。みなさんのおうちや近くで育ったお米かも??あっさりして食べやすく、おいしいお米です！



そのほかにも、群馬県の郷土料理や和食を伝える献立、世界各国の料理など様々な献立や食材を使った献立がです。今年度もお楽しみに！



たべものクイズ



～季節の野菜&世界の料理へん～



ドイツ

季節の野菜
～キャベツ～



ドイツでは、キャベツで作るすっぱい漬物が有名です。その漬物の名前を何というでしょう？

- ①ザーサイ
- ②ザワークラウト
- ③バウムクーヘン



キャベツは1年中食べることができますが、春にとれるものは、葉の色が濃く、水分が多くてやわらかいのが特徴です。

千代田町学校給食センター

献立表を見てみよう

【献立】
毎日のメニューが書いてあるよ。

【栄養価】
給食の栄養価が書いてあるよ。

日/曜	しゅじょくのみもの	おかず	おもなざいりょう と はたらき						たんぱく質	脂質	食塩相当量
			1群 魚・肉・卵 豆・豆腐	2群 牛乳・乳製品 小魚・海藻	3群 緑黄色 野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・麺 いも・砂糖	6群 油類 雑穀			
8 水	ごはん	てりやきチキン しおこぶあえ とんじる (中のみ)アーモンド	とりく ぶたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん	キャベツ だいこん ねぎ ごぼう	ごはん じゃがいも	ごま (中のみ) アーモンド	614	25.0	18.2
	ぎゅうにゅう	くろしよパン	とうふ ハンバーグ トマトソース	とうふ おから とうふ ぺーパン	ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ キャベツ コーン はくさい	パン さとう マカロニ じゃがいも	あぶら	800	30.5	25.6
9 木	ぎゅうにゅう	ABC スープ (小中のみ) おいしいデザート							644	23.9	22.6
									831	29.9	26.7
10 金	ごはん	キャベツ チカツ	とりく なまあげ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれん草 きぬさ						2.6
	ぎゅうにゅう										3.0

【特別メニュー】
行事食やリクエストメニューなどの特別メニューがあるよ。
今月は何かな?お楽しみに!

【材料】
料理に使われている食べものや働きが書いてあるよ。
毎日チェックして、食べものの働きを覚えよう!