

令和6年3月 学校給食予定献立表（幼稚園）



総社市地食べ学校給食センターえがお

〈今月の目標〉いちねんかんの はんせい を しよう

はし	日曜	献立名	おもな材料			調味料など	栄養価 1食分(Kcal) たんぱく質(g)											
			赤の食品	緑の食品	黄の食品													
		今日のめあて(食育の観点)	おもに体をつくる			おもに体の調子をととのえる	おもにエネルギーのもと											
○	1	今日のめあて(食育の観点) さけのうめのかごはん 牛乳 さわにわん ひなゼリー	さけ 牛乳 あぶらあげ ぶたにく	うめ ねぎ たけのこ さやいんげん しょうが にんじん ごぼう たまねぎ	とうもろこし なめし	こめ さといも ひなゼリー(個装)	だしのもと しょうゆ しお	438 19.5										
		今日のめあて(食育の観点)	しよじのあいさつを			たりかえろう	たべよう(感謝の心)											
○	4	今日のめあて(食育の観点) こくとうパン 牛乳 ほきフライ ベーコン プロッコリーのサラダ コンソメスープ	ほきフライ 牛乳 ベーコン	プロッコリー キャベツ にんじん とうもろこし グリーンピース	たまねぎ はくさい	こくとうパン あぶら じゃがいも ごまドレッシング(個装)	チキンスープ スープストック しょうゆ しお こしょう	491 21.6										
		今日のめあて(食育の観点)	さむいきに			たべられる	おでんについて	しよう(食文化)										
○	5	今日のめあて(食育の観点) ごはん 牛乳 にくみそおでん はくさいのこんぶあえ	あつあげ 牛乳 ぎゅうにく ちくわ しおこんぶ あかみそ	だいこん にんじん はくさい	キャベツ	こめ じゃがいも こんにやく さとう	しょうゆ だしのもと す	455 18.5										
		今日のめあて(食育の観点)	すがたを			かえる	だいで	まなぼう(食品を選択する能力)										
○	6	今日のめあて(食育の観点) ごはん 牛乳 つくね ほうれんそうのごまあえ あつあげのみそしる オレンジゼリー	つくね 牛乳 あつあげ しらすばし ちゅうみそ わかめ	ほうれんそう もやし にんじん キャベツ たまねぎ	だいこん はくさい	こめ ごま さとう	しょうゆ だしのもと オレンジゼリー(個装)	507 17.4										
		今日のめあて(食育の観点)	きょうしよ			の	よさに	ついて	しよう(食事の重要性)									
○	7	今日のめあて(食育の観点) ごはん 牛乳 ぎゅうにくとさといものにも れんこんのだいずあえ	ぎゅうにく 牛乳 だいで	しょうが たまねぎ とうもろこし にんじん えだまめ	ほしいいたけ はくさい	こめ こんにやく さといも さとう	しょうゆ す	460 19.2										
		今日のめあて(食育の観点)	さまざま			くにの	しよ	じについて	しよう(食文化)									
○	8	今日のめあて(食育の観点) ごはん 牛乳 ぶたキムチ きゅうりのナムル	ぶたにく 牛乳 あかみそ あつあげ いとかまぼこ	きゅうり にんにく にんじん キャベツ たまねぎ	はくさいキムチ キャベツ しょうが	こめ ごまあぶら さとう	す しょうゆ スープストック	430 19.3										
		今日のめあて(食育の観点)	いちねんかん			の	きょうしよ	じかんを	ふりかえろう(食事の重要性)									
○	11	今日のめあて(食育の観点) ソーイブレッド 牛乳 ようふうにくじゃが コールスロー りんごジャム	ソーイブレッド 牛乳 ぶたにく	とうもろこし たまねぎ にんじん しめじ トマト グリンピース	マッシュルーム キャベツ にんにく	ソーイブレッド じゃがいも さとう りんごジャム(個装) ノンエッグマヨネーズ	しょうゆ しお す ケチャップ	474 21.5										
		今日のめあて(食育の観点)	いちねんかん			の	しよ	せいかつ	を	ふりかえろう(心身の健康)								
○	12	今日のめあて(食育の観点) ごもくうどん 牛乳 たくあんあえ	とりにく 牛乳 かまぼこ しおこんぶ	キャベツ だいこん にんじん たまねぎ ねぎ しめじ	ほしいいたけ たくあん しょうが	うどん	だしのもと しょうゆ しお	448 20.2										
		今日のめあて(食育の観点)	いちねんかん			の	しよ	せいかつ	を	ふりかえろう(社会性)								
○	13	今日のめあて(食育の観点) ごはん 牛乳 はくさいのうまに きくらげのちゅうかあえ スイートポテト	ぶたにく 牛乳 ハム	だいこん きゅうり にんじん きくらげ さやいんげん	ごぼう しょうが しめじ はくさい	こめ さとう さといも こんにやく	しょうゆ す スイーツポテト(個装)	497 19.6										
		今日のめあて(食育の観点)	きょうしよ			の	にん	きメニュー	「カレー」	の	れ	ま	しについて	しよう(食文化)				
○	14	今日のめあて(食育の観点) カレーライス 牛乳 かいそうサラダ	きゅうにく 牛乳 ツナ かいそうミックス	にんにく たまねぎ にんじん グリンピース レモンかじゅうりんご	はくさい とうもろこし	こめ オリーブオイル さとう じゃがいも	カレーライス カレーこ ウスターソース チキンスープ スープストック しょうゆ す	513 19.8										
		今日のめあて(食育の観点)	ちさんちしよ			を	すすめよう	(食品を選択する能力・食文化)										
○	15	今日のめあて(食育の観点) ごはん 牛乳 さわらのてりやきだれかけ ごしきあえ とうふのあかだし	さわら 牛乳 あぶらあげ とうふ あかみそ わかめ	にんじん キャベツ こまつな もやし たまねぎ	きくらげ たまねぎ	こめ ごま さとう じゃがいも	しょうゆ す だしのもと あかごめあまざけ	469 22.9										
	18	卒園式																
		今日のめあて(食育の観点)	せいかつ			リズムを	ととの	えて	げん	き	には	る	やす	みを	す	ご	そう(心身の健康)	
○	19	今日のめあて(食育の観点) ソフトめんミートソース 牛乳 フレンチサラダ	ぎゅうにく 牛乳 ぶたにく ぶたレバー	しょうが にんにく にんじん グリンピース トマトピューレ	しめじ たまねぎ キャベツ とうもろこし	ソフトめん さとう フレンチドレッシング(個装)	ケチャップ ウスターソース デミグラスソース しお スープストック しょうゆ す	541 23.2										
今月の 地場 産物	総社 市産	米・しょうが・きくらげ・キャベツ はくさい・赤米甘酒	採取日	1月9日~1月12日	1月15日~1月19日	1月22日~1月26日	今月の 栄養価 (基準値)	エネルギー	477									
			セシウム134(ベクレル/Kg)	不検出(0.45)	不検出(0.41)	不検出(0.52)			Kcal									
			セシウム137(ベクレル/Kg)	不検出(0.59)	不検出(0.48)	不検出(0.42)												
岡山 県産	牛乳・もやし・にんにく・キャベツ 干しいたけ・はくさい・だいこん ねぎ・れんこん	採取日	1月29日~2月2日	※ アレルギー対応食品は、 で示します。 ※ 天候等により献立を変更する場合があります。		たんぱく質	20.2											
		セシウム134(ベクレル/Kg)	不検出(0.48)															
		セシウム137(ベクレル/Kg)	不検出(0.49)															



いちねん ぎょうしよ じかん を 振りかえ できたことに○をつけましょう。

<p>給食の前に手をきれいに洗えた</p>	<p>給食当番の身支度をきちんとしてきた</p>	<p>食事のあいさつを心を込めて言えた</p> <p>いただきます</p>	<p>地域の産物や食文化を知ることができた</p>	<p>日本の伝統行事と行事食について知ることができた</p>
<p>食器を正しく並べることができた</p>	<p>お箸を正しく持ち、上手に使うことができた</p>	<p>よくかんで味わって食べることができた</p>	<p>バランスのよい食事の組み合わせがわかった</p> <p>牛乳・乳製品 主菜 副菜 主食</p>	