

おいしい給食を  
作ります。



# 給食カレンダー 4月

2021年  
ひたちなか市立佐野中学校

月	火	水	木	金
<b>今月の目標</b> 給食の準備や後片付けをきちんとしよう		ひたちなか市産の食材 米 小松菜	給食セットは、忘れずに持ってきましょう。 1年生の給食着は個人管理となります。給食 当番の時は忘れずに準備してください。	
<b>5</b> 	<b>6</b> <b>始業式</b> 	<b>7 2・3年生給食開始</b> ごはん 牛乳 かつおとじゃがいもの薬味ソース 昆布和え 中華スープ エネルギー たんぱく質 食塩 880kcal 15% 2.5g	<b>8</b> <b>入学式</b> 	<b>9 1年生給食開始</b> 黒パン 牛乳 チリビーンズ コールスローサラダ 859kcal 15% 2.3g
<b>12</b> 赤飯 牛乳 赤魚たつた揚げ 五目きんぴら チーズ 828kcal 17% 1.7g	<b>13</b> 切り込み丸パン 牛乳 ハンバーグトマトソース 粉ふきいも ジュリエンスープ 821kcal 14% 3.1g	<b>14</b> オムライス 牛乳 麦入り野菜スープ 810kcal 13% 2.5g	<b>15</b> ごはん 牛乳 ポークカレー 海藻サラダ 840kcal 13% 2.3g	<b>16</b> フレンチトースト 牛乳 野菜のスープ煮 ヨーグルト 827kcal 14% 2.6g
<b>19</b> <b>振替休業日</b>	<b>20</b> ミルクパン 牛乳 チキンカツ 枝豆サラダ ミネストローネ 904kcal 15% 3.1g	<b>21</b> ごはん 牛乳 サバのみそ煮 磯香あえ うどん汁 790kcal 15% 2.6g	<b>22</b> ごはん 牛乳 そぼろ煮 からしあえ 豚汁 801kcal 16% 2.8g	<b>23</b> はちみつパン 牛乳 米粉シチュー オニオンドレッシングサ ラダ 803kcal 15% 2.9g
<b>26</b> ごはん 牛乳 ししゃもフライ おひたし 肉じゃが 847kcal 13% 2.1g	<b>27</b> ごはん 牛乳 鶏肉のたつた揚げ もやしのカレーあえ 春野菜のみそ汁 810kcal 17% 2.1g	<b>28</b> たけのこごはん 牛乳 おさかなフライ ごまあえ 柏もち 891kcal 13% 2.5g	<b>29</b> <b>昭和の日</b> 	<b>30</b> 切り込みコッペパン牛乳 那珂湊焼きそば 豆とポテトのスープ いちごゼリー 749kcal 15% 3.0g

\*たんぱく質の栄養量表示が「g」から「%」に変わりました。学校給食の摂取エネルギー量全体の13%~20%が基準値となります。

## ご入学・ご進級おめでとうございます

## 給食だより

春のうららかな陽気に包まれ、新年度がスタートしました。新しい学年、新しい教科書、新しい先生・・・  
気持ちまでわくわくしてきますね。今年度も給食・食育で子どもたちの体と心の成長を応援します。

## ひたちなか市の給食

### 給食費について

- ◆指定の口座から毎月引き落としになります。
- ◆連続して欠席する場合は、市の規定により減免の対象になる場合があります。
- ◆ご都合により、給食費の納入が遅れる場合は、保護者からの申し出により、未納分の学校給食費を児童手当から徴収(天引き)できる制度もありますので、いずれの場合も学校へご相談ください。

### 食物アレルギーについて

1年生の入学時や進級時に食物アレルギー調査を実施しています。食物アレルギーの除去食には、出来る範囲で対応しています。新たに発症した場合も順次お知らせください。

## ひたちなかを食べよう



ひたちなか市では学校給食に、ひたちなか市やその近辺でとれた小松菜を使っています。主な生産者は、馬渡地区の西野さん、那珂市本米崎地区の大部さんです。(佐野中学校へは大部さんが届けてくれています。)

茨城県は小松菜の生産が日本一です。学校給食では、市内で小松菜がとれない時期でもほとんど茨城県産の小松菜が使われています。小松菜には鉄分・カルシウムなどが豊富に含まれています。サラダやあえもの、汁ものなど様々な料理に登場しています。

### 学校給食の放射性物質検査について

学校給食に使用する食材及び1食分の放射性物質検査を行っています。  
現在、学校給食で使用する食材の検査は、1日あたり6品目を選定して実施しています。また、学校給食センターと那珂湊第三小学校共同調理場については、毎日2品目を検査しています。

調理済みの学校給食1食分の検査については、単独調理校及び共同調理場で交互に週1回実施しています。

なお、令和2年3月までの検査結果はヨウ素131、セシウム134、セシウム137ともに、すべての品目について不検出でした。詳しくはひたちなか市ホームページをご覧ください。

<https://www.city.hitachinaka.lg.jp/soshiki/15/3/10/index.html>