

4月のこんだて

○物資の都合により、こんだての内容を一部変更する場合があります。
○こんだて表には、その日の主な食材を記載していますが、アレルギー表としての対応はしていません。



月		火		水		木		金	
7日		8日		9日		10日		11日	
<p>始業式</p>		<p>ごはん 牛乳 米粉酢どり 小松菜ナムル 清見オレンジ</p>		<p>米粉コッペパン 牛乳 中華風コンソメスープ ミックスポテト ミニトマト いちごジャム</p>		<p>ごはん 牛乳 豆腐とベーコンの中華煮 アーモンドあえ バナナ</p>		<p>米粉丸コッペ切り込みパン 牛乳 マカロニクリーム煮 ハンバーグ(かたくりス) プロッコリー</p>	
		とりむねにく・じゃがいも・たまねぎ・ピーマン・にんじん・こまつな・もやし・くわがめ・きよみオレンジ		きくらげ・はるさめ・にんじん・たまご・じゃがいも・グリーンピース・コーン・ベーコン・チーズ・ミニトマト		とうふ・ベーコン・にんじん・ながねぎ・しいたけ・えだまめ・ほうれんそう・きゃべつ・もやし・アーモンド・バナナ		マカロニ・えび・たまねぎ・にんじん・ぶたひきにく・プロッコリー	
14日		15日		16日		17日		18日	
<p>ごはん 牛乳 カレー 福神漬け フルーツのゼリーあえ</p>		<p>ごはん 牛乳 親子煮 さばみそ煮</p>		<p>ソフトフランスパン 牛乳 ポトとパのスープ イカリング(2個) えだまめ マーシャルピーズ</p>		<p>赤飯 牛乳 さつき汁 煮合わせ オレンジ</p>		<p>小ごはん 牛乳 うどん 小籠包 焼きプリンタルト</p>	
とりむねにく・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・だいこん・あんぱん・とうふ・みかん		とりむねにく・にんじん・たまねぎ・たけのこ・ながねぎ・しいたけ・たまご・さば		じゃがいも・ベーコン・たまねぎ・にんじん・コーン・いか・えだまめ		もちごめ・とうふ・ながねぎ・たけのこ・さやえんどう・わかめ・じゃがいも・にんじん・だいこん・ちくわ・こんにゃく・がんも・いんげん・オレンジ		とりむねにく・あぶらあげ・ちくわ・にんじん・ながねぎ・ぶたひきにく・たまねぎ・キャベツ・たけのこ	
21日		22日		23日		24日		25日	
<p>ごはん 牛乳 肉じゃが(みそ味) ごまあえ グレープゼリー</p>		<p>(ごはん) 牛乳 豚丼 石狩汁 スライスパイ</p>		<p>米粉コッペパン 牛乳 イカ団子のビーフ汁 ポテトと豚肉のあわせ</p>		<p>ごはん 牛乳 四湖豆腐 厚焼き卵</p>		<p>小ごはん 牛乳 正油野菜ラーメン えびかつ バナナ アーモンド</p>	
じゃがいも・ぶたにく・にんじん・たまねぎ・くるこんにゃく・もやし・ほうれんそう		ぶたにく・たまねぎ・ごぼう・しらたき・さけ・じゃがいも・にんじん・はくさい・とうふ・ながねぎ・パイ		いか・にんじん・たけのこ・きくらげ・ちんげんさい・ビーフン・じゃがいも・ぶたにく		とうふ・たけのこ・にんじん・ながねぎ・ぶたにく・たまご		ぶたにく・メンマ・にんじん・はくさい・もやし・ながねぎ・わかめ・えび・バナナ・アーモンド	
28日		29日		30日		<p>☆日付の横に「」のマークがある日は、おはしを忘れずに持ってきてましょう。 ☆「」のマークがない日は、スプーンがつかます。</p>			
<p>(ごはん) 牛乳 シーフードカレー 福神漬け 洋なしミックス</p>				<p>ごはん 牛乳 呉汁 真ホッケ和風フライ グレープフルーツ</p>					
いか・えび・ほたて・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・だいこん・パイ・みかん・ようなし				だいす・ぶたにく・ながねぎ・にんじん・あぶらあげ・とうふ・たまねぎ・じゃがいも・ほっけ・グレープフルーツ					

給食だより 4月

旭川市立東五条小学校
令和7年4月7日

ご入学・ご進級おめでとうございます

いよいよ新学期が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます！
そして、今年度の給食もスタートします。「食べることは、みなさんの健康を守り、大きく成長するために、とても大切な役割を持っています。このことを、給食を通して実感してもらえるように、またみなさんが元気に、楽しく毎日をお過ごしお手伝いができるように、心をこめて給食を作ります。1年間よろしくお祈りします！

学校給食の目標

給食は、右の7つの目標をもとに作られています。この1年間、意識して給食を食べてみましょう！



学校給食の7つの目標  自然の恵みに感謝する	健康な体づくり  働く人たちに感謝して食べる	望ましい食生活のお手本に  地域の食を知り、未来に伝える	助け合い、協力して楽しく食べる  食を通して社会のしくみを知る
			

協力して準備・後片付けをしよう

楽しい給食時間を過ごせるよう、準備と後片付けはみんなで協力して行いましょう。新しい学年の最初の1ヶ月です。クラスのお友達とコミュニケーションを取りながら、てきぱき行えるととてもすてきです！

給食当番のお仕事編

後片付け編

協力して準備をしましょう 	1人分を考えて丁寧に盛り付けましょう 	汁物は底からよくかき混ぜ、具を均等によそいましょう 	食べ残しはそれぞれの食卓に戻しましょう 	食器類は種類ごとにきちんと重ねてカゴに戻しましょう 	協力して後片付けをしましょう 
--	--	---	--	---	--

おはしの持ち方を再確認！

- ①えんぴつを持つように、親指、人差し指、中指で1本のはしを持つ。
- ②数字の1を書くように、上下に動かす。
- ③もう1本のはしを親指の付け根から中指と薬指の間に通す。食べものをはさむ。
- ④上のはしを動かし、はし先を開いたりとじたりして、下のはしを動かしません。



はしの
動かし方を
練習しよう！



下のはしは
動かしません。

