

令和8年



4月給食たより

十日町市立田沢小学校

全校児童配付

おうちのひとと
いっしょによもう!

今月の目標

楽しく食事をしよう



ご入学・ご進級おめでとうございます。今年度も、安全・安心な給食をお届けできるようにがんばりますので、たくさん食べてくれるとうれしいです。1年間よろしくお願いします。

学校給食は「食」を学ぶ時間です!



給食の時間は、単なる食事の時間ではありません。食事を通していろいろなことを学ぶ時間です。特に、下の7つのことについて学びます。

けんこう からだ
健康な体をつくる



た かた まな
よい食べ方を学ぶ



ひと かか
人と関わる



た もの かんしゃ
食べ物に感謝する



はたら とうと
働くことを尊ぶ



しょくぶん か みらい つた
食文化を未来に伝える



しゃがい まな
社会のしくみを学ぶ



保護者の方へお願い



～給食用のマスクについて～



全員マスクの用意をお願いします。布マスク・使い捨てマスク、どちらでも構いません。原則、週明けに学校へ持ってきて、週末に持ち帰ります。きんちゃく袋やケースに入れて持たせてください。また、予備のマスクもランドセルの中に入れておいてください。学校で貸しマスクを用意しますが、借りたら小袋などに入れて、次の日に必ずお返しく下さい。

～給食当番（身支度・給食着の洗濯）について～

給食当番は、週替わりで順番に回ってきます。当番の週は、衛生面から「爪を短く切る」「髪の毛の長い場合は結んだりして帽子に入れられるようにする」ようお願いします。

また、1週間使用した給食着を週末に持ち帰ります。洗濯とアイロンがけ（殺菌効果が期待できます）をして、週明けに持たせてください。給食着は、クラスの子どもたちが共有で使用しますので、あまり香りの強くない洗剤や柔軟剤等で洗濯をしていただきたいと思います。におい等が気になる場合は、対応を考えますので学校へご相談ください。

～長期欠席について～

連続8日（休日含まず）以上の欠席が見込まれる場合は、担任を通じてお知らせください。

今年度から給食費の無償化になるため返金はありませんが、事務処理の関係上必要です。ご協力をお願いします。

4月のこんだて表

都合によりこんだてを変更することがあります。

曜日	月	火	水	木	金
日	 <p>☆給食の準備には全員マスクが 必要です！ 忘れずに持ってきてましょう！ ☆ランドセルに予備のマスクも 入れておきましょう！</p>		8 しぎょうしき ぶくじんあえ カクテルゼリーポンチ カレーライス(むぎごはん) 698 キロカロリー 20.5 グラム	9 にゅうがくしき にらともやし のナムル バナナ ちゅうかどん(むぎごはん) 618 キロカロリー 22 グラム	10 りんごサラダ かぐら なんばん ブルコギ コシヒカリごはん なめこたまご スープ 619 キロカロリー 25.2 グラム
こんだて					
エネルギー					
たんぱく質					
日	13	14 1年生給食開始	15	16	17
こんだて	きりばし ナムル ゆきした にんじんと りんごの ケーキ しょうゆラーメン (ちゅうかめん)	さくら マカロニ サラダ とうふと わかめの みそしる	もやしの ちゅうかあえ アセロラ ミルクゼリー ごはん ぎょうざの あまずねぎだれ (1~3年1こ) 4~6年2こ) あつあげと はるさめの スープ	ジャーマン ポテト ごもく たまごやき ごはん もずくの みそしる	ひじきと チーズの サラダ ごはん とりにくの みそスタート やき はるのポトフ
エネルギー	643 キロカロリー	683 キロカロリー	627 キロカロリー	655 キロカロリー	658 キロカロリー
たんぱく質	24 グラム	28 グラム	19 グラム	24.1 グラム	29.4 グラム
日	20	21	22 入学進級お祝いこんだて	23	24
こんだて	しょうゆ フレンチ ささかまフライ タルタルソース (1~3年1こ/ 4~6年2こ) ごはん じゃがいもと あぶらあげの みそしる	ツナサラダ ごはん ポテトの ミートグラタン コンソメ スープ	コールスロー サラダ ごはん さきはん さくらの すましじる	こまつなの おひたし さばの みそに コシヒカリ ごはん ぐだくさん ごじる	のりずあえ ごはん とりにくと こうやどうふの あげに かきたま みそしる
エネルギー	640 キロカロリー	602 キロカロリー	674 キロカロリー	653 キロカロリー	662 キロカロリー
たんぱく質	20.9 グラム	20.3 グラム	29.7 グラム	25.8 グラム	30.1 グラム
日	27	28	29 昭和の日	30	きゅう しょく とう ばん 給食当番 みじたくがんばろう！ ぼうしは かみのけが でないように かぶる マスクを つける きれいな はくいを きる
こんだて	ゆきした にんじん サラダ とりにくと ペンネの トマトにこみ コシヒカリ ごはん おまめ ポタージュ	わふう マカロニ サラダ あつあげの みそしる ひじきそばどん (ごはん)	昭和の日 	しやしやしき ポテトサラダ ごはん マーボー 豆腐 オレンジ	
エネルギー	711 キロカロリー	683 キロカロリー		632 キロカロリー	
たんぱく質	26.5 グラム	28.6 グラム		23.8 グラム	