



5 月 献 立 表

2 6 年 度 豊 島 区 立 千 川 中 学 校

月			火			水			木			金		
給食目標 楽しい給食環境をつくろう 給食当番は白衣を身につけ、クラスの人たちはテーブルセッティングや窓を開け楽しい給食になるようにしましょう。						1 ・中華ちまき ・五目汁ビーフン ・もやしの甘酢 ・デコポン			2 ・五穀米 ・もずくのみそ汁 ・白いんげん豆の コロッケ ・野菜のソテー ・パインアップル			2 ・五穀米 ・もずくのみそ汁 ・白いんげん豆の コロッケ ・野菜のソテー ・パインアップル		
5 こどもの日			6 振替休日			7 ・豚肉とごぼうの 混ぜご飯 ・呉汁 ・わかめのオカカ和え ・サーターアンダーギー			8 ・カレーうどん ・ししゃも焼き ・ポテト入り ボイル野菜 ・黄桃缶			9 ・キムチ炒飯 or あんかけ炒飯 ・トック入り 担担スープ ・五色ナムル		
												短縮		
						801			27.9			22.8		
						806			32.8			26.1		
1 2 ・ひよこ豆の ピラフ ・ポトフ ・たこのサラダ			1 3 ・ラザニア ・揚げワンタン サラダ ・つぶつぶみかんゼリー			1 4 ・ご飯 ・キムチ鍋スープ ・大根のゴママヨネーズ ・じゃがいもとツナの お焼き ・プチトマト（2）			1 5 ・きつねご飯 ・根菜のすまし汁 ・ささみのレモン風味 ・青のりポテト			1 6 ・スパゲッティ トマトソース or クリームソース ・豆腐のマリネ ・パインアップル		
			短縮									805		
841			810			833			795			886		
32.8			32.9			29.3			35.1			32.4		
28.2			22.8			26.2			21.1			37.8		
1 9 ・ご飯 ・すまし汁 ・鶏肉のピリ辛 ・春雨サラダ ・デコポン			2 0 ・コーンピラフ ・ひよこ豆のスープ ・マセドアンサラダ ・ヨーグルト和え			2 1 ・パンでグラタン ・ファイバースープ ・トマトのサラダ			2 2 ・ご飯 ・青梗菜の米粉 スープ ・竹輪の二色揚げ ・ブロッコリーの ツナソース			2 3 ・カツ カレー ・わかめ サラダ ・デコポン		
												2 4 (土) お楽しみ 弁当		
												運動会		
805			842			832			917			903		
32.9			27.0			36.9			32.8			28.1		
25.0			35.2			35.5			32.9			21.1		
2 6 振替休業日			2 7 ・ご飯 ・肉じゃが ・鉄火味噌 ・即席漬け ・デコポン			2 8 ・焼きカレー パン ・コーンポタージュ ・杏仁豆腐			2 9 ・ご飯 ・みそ汁 ・鯖の西京焼き ・ひじきとツナのサラダ ・こんにゃくの炒め煮			3 0 ・高野豆腐の 卵丼 ・粕汁 ・昆布入り キャベツ漬け ・パインアップル		
			844			844			824			884		
			31.1			30.1			34.9			36.9		
			19.9			27.1			32.2			24.9		

都合により変更があります。

新緑の季節となりました。4月はどのクラスも給食をよく食べ連日残菜が5%前後でした。24日の茎わかめの炒め煮は20%でちょっと残念でしたが、いつもよりよく食べてありました。

又リザーブ給食の集計、どのクラスも17日の〆切りを守り学習への取り組みの真剣さが伝わりました。

3週間あまりで運動会、練習も始まっています。運動・勉強にも良い陽気です。充実した中学生生活を願います。

※5月のリザーブ給食は9日（金）キムチ炒飯orあんかけ炒飯、16日（金）スパゲッティトマトソースorクリームソースです。

〆切りは5月1日（木）です。

給食便り

今月の献立から

- 1 日 中華ちまき・・・子供の健やかな成長を願い1個ずつ給食室の手作りです。竹の皮にもち米、えび・豚肉・人参・しめじ、れんこん、春雨など調味してオーブンで蒸します。
- 9 日 とつく入り・・・トックも手作りです。ごまがたっぷり入ったこくのあるスープで鰹と鶏ガラでスープをとります。担担スープ
- 16 日 スパゲッティ・・・リザーブ給食です。トマトソースは鶏ガラでスープをとリ、トマト・トマトケチャップ・トマトピューレが入り玉ねぎ・人参・ベーコン・セロリなどあっさりしたソース、クリームソースはホワイトソースを作り、具にはベーコン・あさり、いか・玉ねぎ・人参・コーンなどこくのあるソースです。
- 21 日 パンでグラタン・・・丸パンにくぼみを作りえびクリームソースを入れチーズをのせオーブンで焼きます。1年生は初メニューでしょうか？
- 23 日 カツカレー・・・運動会の練習も熱が入ってきました。お互いのエールを込めカツカレー。お楽しみに！
- 24 日 お弁当・・・運動会のお弁当を作ります。お天気を願い、たくさんの成果が達成出来ますように。



4月18日1年生の配膳



4月25日開校記念日お祝い献立



いただきます。



手洗いをしっかりしましょう



手洗いの重要性
・手の汚れを落として清潔にする。
・手を介して食中毒を起こすことを防ぐ。

人の手は、いろいろなものを触ったりつかんだりしているため、目に見えないたくさんの細菌やウイルスが付着しています。
その中には食中毒などを引き起こすものもあって、手で触った食べ物などから体の中に入り込み、病気を引き起こすことがあります。
手洗いは、手についた細菌やウイルスを洗い落とす効果があり、病気予防に有効な手段といわれています。

千川中学校の調理員さん

TOPIC 学校給食従事者の衛生管理について

学校給食に携わる職員（栄養教諭、学校栄養職員、調理員など）は、毎朝、調理場に入る前に健康状態をチェックし、定期的または臨時に健康診断や検便を実施しています。

調理場では専用の清潔な白衣（調理衣）、マスク、帽子などを身につけ、作業場所によってエプロンや履き物を交換するなど、衛生的な服装を心がけて給食をつくっています。

3月千川中学校使用食材
（米 宮城特別栽培減農薬米・山形）（牛乳 北海道・青森・岩手・宮城・福島・山形・栃木・群馬・埼玉）（玉ねぎ・たこ 北海道）（りんご・ごぼう・にんにく・卵・いか 青森）（舞茸・えのき 新潟）（きゅうり 群馬）（ハス・セロリ・白菜 茨城）（アスパラ・にら 栃木）（もやし・小松菜・とび魚 東京）（里芋・きゅうり・小松菜・ほうれん草 埼玉）（セロリ・レタス・しめじ・エリンギ 長野）（人参・ねぎ・白菜・もやし・かぶ・大根・さつまいも・ほうれん草・青梗菜 千葉）（キャベツ・セロリ・ブロッコリー 愛知）（鶏肉 宮崎）（青梗菜・人参・トマト・しらす・鮪 静岡）（デコポン・レモン・ネーブル 愛媛）（大根・人参 徳島）（いちご 福岡）（新じゃが 長崎）（いちご・玉ねぎ 佐賀）（ししゃも ノルウエー）（えび インドネシア）（生鮭 チリ）（パインアップル フィリピン）（生鮭 ロシア）

