

3月 学校給食献立予定表

Aコース

東小・中央小・南小
藤田小・北泉小学校

日・曜日	飲料	料理名	体をつくる(赤)	1杯が-になる(黄)	体の調子を整える(緑)	1杯が- [kcal]	蛋白質 [g]
1水	牛乳	ごはん キャベツのみそ汁 鮭のレモン風味焼き 肉じゃが	牛乳 油揚げ わかめ みそ 鮭 豚肉 さつま揚げ	ごはん 油 じゃがいも 三温糖	人参 キャベツ 小松菜 レモン果汁 玉ねぎ こんにゃく いんげん	601	28.3
2木	牛乳	手巻き寿司 ひなまつり献立 酢飯 いかスティック② 手巻き焼肉 ツナマヨ 焼きのり 菜の花のすまし汁	牛乳 いかスティック 豚肉 ツナマヨ のり あおさすり身ボール 豆腐 わかめ	酢飯 油 三温糖	人参 えのき 菜の花 しょうが にんにく 玉ねぎ なら	625	31.5
3金	牛乳	鶏塩うどん ちくわの磯辺揚げ ごぼうサラダ	牛乳 鶏肉 わかめ 焼ちくわ あおのり	地粉うどん ごま油 薄力粉 片栗粉 油 ごまドレッシング	人参 エリンギ ねぎ ごぼう きゅうり	621	24.4
6月	牛乳	ごはん キムチトッポギスープ さばの香味焼き ほうれん草のナムル	牛乳 鶏肉 卵 さば	ごはん 油 トッポギ 片栗粉 三温糖 ごま はるさめ ナムルドレッシング	人参 玉ねぎ もやし 白菜キムチ にんにく キャベツ ほうれん草 きゅうり	675	27.8
7火	牛乳	メロンパン ABCスープ えびポテトグラタン チキンピーズ	牛乳 ベーコン えび 鶏肉 大豆	メロンパン マカロニ ポテトグラタン 油	玉ねぎ 人参 キャベツ トマト パセリ	675	23.1
8水	牛乳	ごはん ポークストロガノフ チキンチーズ焼き フルーツカクテル	牛乳 豚肉 鶏肉 チーズ	ごはん 油 三温糖 オリーブ油 パン粉 カクテルゼリー	玉ねぎ 人参 にんにく マッシュルーム トマト グリーンピース 桃 みかん バイン	723	28.9
9木	牛乳	ごはん 餃子スープ 深谷ねぎメンチカツ 生揚げのチリソース コーヒー牛乳の素	牛乳 水餃子 深谷ねぎメンチカツ 生揚げ	ごはん 油 三温糖 ごま油 片栗粉 ミルクコーヒー	人参 もやし ねぎ しょうが にんにく しめじ	739	25.0
10金	牛乳	ごまみそラーメン かにしゅうまい② ハムと大根のサラダ	牛乳 豚肉 みそ かにしゅうまい ハム	中華麺 ごま油 ごま 玉ねぎドレッシング	しょうが にんにく 人参 もやし コーン ねぎ なら 大根 キャベツ きゅうり	648	27.3

3月 給食だより

食品ロスとは

まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことを食品ロスといいます。食品ロスには、売れ残りや期限が切れたもの、調理の時の皮のむきすぎ、食べ残しなどがあります。食品ロスはさまざまな場面で発生しています。食べ物が無駄になるだけではなく、多量のエネルギーなども消費してしまいます。

持続可能な社会のために みんなのできることを...

日本の1年間の食品ロスは
なんと..約504万トン

事業系
257万t

家庭
247万t

国民1人当たりの食品ロス量
1日 約113g
1個を捨てている量

減らそう!
食品ロス

残念ながら給食も残渣があります。給食センターではリサイクルにも取り組んでいます。

給食は全部食べられますか

□全部食べる
□ときどき残す
□残す

	全部食べる	ときどき残す	残す
中学校	40%	37%	23%
小学校	41%	40%	19%

※令和2年度の推計値(令和4年6月) 農林水産省・環境省

※R4給食アンケート(小5・中2)

