

# 給食だより

がつごう  
4月号



しんねんどがスタートしました。

子どもたちは、新たな気持ちで新年度を迎えたことと思います。

今年度の給食は、4月11日(火)[小学校1年生は4月25日(火)]から始まります。

今年度も、子どもたちが楽しみにしてくれる魅力ある給食を提供します。



## かどまし がっこうきゅうしょく 門真市の学校給食について

### <パン>



☆週2回(火・木)がパンの日です。

・食べる日の朝に焼いたパンです。イーストフードやビタミンCなどの食品添加物や卵は添加していません。



・コッペパンの他に、食パン、うずまきパン、黒糖パン、アップルパン、オリーブパン、揚げパンなどたくさん種類があります。

### <おかず>

☆季節の行事食や旬の地場産の野菜を積極的に取り入れた安心安全な手作り給食を目指しています。



・出汁は昆布や削り節でとっています。

・加工食品については、業者から証明書を出してもらい、安全性が確認された食材のみを使用しています。

### <ごはん>



☆週3回(月・水・金)学校の給食室

で炊いています。

・白ごはんの他に、たきこみごはん、混ぜご飯、玄米ごはん、チャーハンなどもあります。

### <牛乳(ぎゅうにゅう)>



☆毎日つきます。

・子どもたちの成長に必要なカルシウムやたんぱく質などがたくさん含まれています。

### アレルギー除去食

☆門真市では、市で統一基準を設け、どの学校でも、アレルギー除去食を提供しています。申請等につきまして各学校にお問い合わせください。

## 4月の献立より

### 『ジャーマンポテト』

11日

子どもたちに人気のグリーンアスパラガスを使った春の献立です。



【材料(4人分)】

- じゃがいも <厚めのいちよう切り>…320g
- 揚げ油……………適量
- ベーコン<拍子切り>……………20g
- アスパラガス<ななめ切り>……………80g
- 油……………小1/2
- 塩・こしょう……………少々



【作り方】

- ①アスパラガスは、軸の固いところをとり、ななめに切って塩ゆです。じゃがいもは、切ったあと水でさらし、水気をきって、低めの揚げ油でじっくり揚げる。
- ②鍋に油をひき、ベーコン・アスパラガスの順にいため、塩・こしょうで調味し、揚げたじゃがいもを入れ混ぜ合わせる。

### 『米粉のクリームスープ』

25日小学校1年開始

【材料(4人分)】

- ベーコン<角切り>……………60g
- 人参<いちよう切り>……………70g
- たまねぎ<短冊切り>……………200g
- 油……………少々
- じゃがいも<角切り>……………180g
- マッシュルーム<うす切り>15g
- 牛乳……………120g
- 生クリーム……………10g
- 塩・こしょう……………少々
- 米粉……………大1:1/2
- 鶏ガラスープ……………260cc

【作り方】

- ①鍋に油をひき、ベーコンをいため。
- ②たまねぎ、人参、じゃがいも、マッシュルームをいため、塩・こしょうで調味する。
- ③鶏ガラスープを入れて煮て材料が柔らかくなれば、水溶性米粉を入れて煮込む。
- ④牛乳・生クリームを入れてしあげる。

※鶏ガラスープの素等を使用する場合、湯でうすめて左記の量にしてください。



### 『たけのこごはん』

14日

春を代表する野菜のたけのこを、給食では、この時期のみ今年とれたばかりのフレッシュなものを使用します。



昆布につけた水に米を浸け、炊く直前に昆布を引き上げます。塩・しょうゆ・酒で調味し、たけのこ・うすあげを入れて炊き上げます。

### 『若竹煮』

21日



春に収穫される新たけのこと新若竹は「春先の出会い物」といわれ、煮物や汁物で組み合わせられます。

春を代表する料理の一つです。

### 新メニュー『カレーピラフ』

子どもの好きなカレー味のピラフの登場です。

給食では、カレー味に炊いたごはんにフランクフルトや人参、たまねぎをいため具を混ぜ込みます。

当日は、「鶏肉のからあげ甘酢かけ」と組み合わせ、子どもたちの大好きな献立になっています。



令和5年度より門真市のホームページ「小・中学校給食」のページに『食物アレルギー除去食のための献立チェックのしおり』が掲載されます。そこには、給食に使用される加工品や調味料などの原料などについても紹介していますので是非一度確認してみてください。

