

給食だより

入学・進級おめでとうございます。

心も体も大きく成長するには健康であることが第一!健康体になるにはバランスのとれた食生活がとても大切です。今年度も皆さんがワクワクするような給食を作っていきます!よろしくお願いします。

給食から学ぶ6つのこと…

文部科学省 学校給食法より

給食は空腹を満たす役割だけではなく様々なことを学ぶ教科書です。

食事の大切さ

食事が大切であること、食事の楽しさ・喜びを学びます。



社会性

食事のマナーや食事を通してコミュニケーション能力を身に付ける。



食品を選ぶ力

食品の品質や安全性等の正しい知識と情報を持ち、自分で選ぶ力を身に付ける。



心と体の健康

心と体の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自らを管理していく能力を身に付ける。



食文化

地域の産物・食文化や歴史等を知り尊重する心をもつ。



感謝の心

食べ物を大切にし、生産流通等に関わる人々へ感謝する気持ちをもつ。



本校の給食の特徴

特徴① 皆さんに合う栄養価を!

文部科学省で決めた学校給食摂取基準をベースに、生徒の皆さんの身長・体重などの情報やその月の行事や季節を加味して栄養価を算出します。雨竜高等養護学校オリジナルの栄養価で食事の提供をします。

特徴② 学校の生産物や地場産物を使用!

農業科や生産技術科が生産している野菜を使用します。また、雨竜町内や北海道産の食材もたくさん使用しています。

特徴③ 行事と食がリンク!?

暦上の行事(冬至やクリスマスなど)や学校行事(体育大会や卒業式など)に合わせて行事食が出ます。普段の給食よりも少しだけ豪華なメニューになります。

まいにちぎゅうにゅう
毎日牛乳が
つきます。
ゴクゴク
飲もう!



	8日(火) 始業式	9日(水) 入学式	10日(木)	11日(金)
	・醤油ラーメン ・青のりポテト ・黄桃	・カレーライス ・ブロッコリーサラダ ・入学おめでとうデザート	・ミートソーススパゲティ ・もやしサラダ ・ゼリー	・ごはん ・みそ汁 ・春雨とひき肉の炒め物 ・おかか和え
	686 kcal	894 kcal	709 kcal	713 kcal
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
・麻婆豆腐丼 ・みそ汁 ・中華和え ・スライスパン	・スイートロール(くるみ会) ・ミルクスープ ・照り焼きチキン ・キャベツとカニカマのサラダ	・たけのこごはん ・春のすまし汁 ・鯖の西京焼き ・春ひじきの和風サラダ	・春キャベツと しらすのスパゲティ ・春ごぼうのサラダ ・プリン	・ごはん ・みそ汁 ・豚肉と春キャベツの甘味噌煮 ・菜の花の辛子和え
857 kcal	816 kcal	744 kcal	815 kcal	771 kcal
21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
・ツナピラフ ・野菜スープ ・パッパチキン ・ほうれん草サラダ	・味噌ラーメン ・揚げ焼売 ・オレンジ	・塩むすび ・ちゃんこ汁 ・焼き魚(ほっけ) ・里芋の煮物	・五目うどん ・大根ときゅうりのごま酢和え ・バナナ	・ハヤシライス ・切り干し大根サラダ ・ゼリー
777 kcal	812 kcal	808 kcal	656 kcal	901 kcal
28日(月)	29日(火)	30日(水)		
休日	昭和の日	・ごはん ・みそ汁 ・青椒肉絲 ・白菜とちくわのおかか和え		
		685 kcal		

※使用食材や献立が変更になる場合があります。

令和7年 4月号
北海道雨竜高等養護学校

4、5、6月の重点マナー

「身支度」

- ・エフロン三角巾を正しく着用する
- ・正しい手洗い、消毒 など

今月の栄養価(1ヶ月平均 / 目標値)
カロリー(熱量) 776kcal / 860kcal
たんぱく質 32.7g / 28.0~43.0g
脂質 26.8g / 23.9~28.7g
食塩 3.9g / 2.5g

牛乳は
毎日
つきます!



