

食に関する指導のねらい

係や当番に進んで協力……楽しい給食時間にするために進んで仕事ができる

好き嫌いなく食べることの大切さ……好き嫌いしないで黄・赤・緑の食べ物をそろえて食べることが大切であることが分かる

給食費に関するご案内

11月期の口座振替は11月29日(水)です。振替口座の残高不足にご注意ください。

アレルギー情報はこちら

よこはま学校食育財団 アレルギー情報 検索



給食には、毎日いろいろな食べ物が使われています。

おもにエネルギーのもとになるごはんやパンなどの黄の食べ物、

おもに体をつくるもとになる肉や魚、乳製品、大豆製品などの赤の食べ物、

おもに体の調子を整える野菜や果物、きのこなどの緑の食べ物です。

この3つのグループの食べ物をそろえて食べることで、栄養のバランスがよくなります。好き嫌いしないで食べることは、じょうぶな体をつくるためには大切なことです。

参考: パランスイ〜ネットワーク(横浜市教育委員会)

水

Table 1: ごはん、ぎゅうにゅう、タッカルビ、トックスープ. Includes ingredients like chicken, potatoes, carrots, and nutritional info.

木

Table 2: はいがパン、ぎゅうにゅう、とりにくのトマトシチュー、やさいソテー、ヨーグルト. Includes ingredients like bread, chicken, tomatoes, and nutritional info.

よこはま学校食育財団主催 親子料理教室のご案内 チリコンカンを作ろう

月

Table 6: ごはん、ぎゅうにゅう、かつおのごまみそあえ、おひたし、すまし汁. Includes ingredients like soy sauce, miso, and nutritional info.

火

Table 7: はいがごはん、ぎゅうにゅう、マーボドゥフ、ちゅうかあえ. Includes ingredients like soybean curd, beef, and nutritional info.

水

Table 8: ココアブレッド、ぎゅうにゅう、マカロニのクリームに、ごぼうソテー、りんご. Includes ingredients like cocoa bread, macaroni, and nutritional info.

木

Table 9: はいがごはん、ポークカレー、あまずあえ、プルーンはっこうにゅう. Includes ingredients like pork curry, apricot, and nutritional info.

金

Table 10: ごはん、ぎゅうにゅう、ふくめに、いそかあえ、こまつなとじゃこのふりかけ. Includes ingredients like pork, soybean curd, and nutritional info.

Table 13: ごはん、ぎゅうにゅう、ぶたにくのごままぶし、かきたまじる、やきのり. Includes ingredients like pork, soybean curd, and nutritional info.

Table 14: まるパン、ぎゅうにゅう、カレービーンズシチュー、キャベツサラダ、ミックスフルーツ. Includes ingredients like beef, carrots, and nutritional info.

Table 15: ごはん、ぎゅうにゅう、とりにくのたつたあげ、ポイルドキャベツ、みそしる. Includes ingredients like chicken, cabbage, and nutritional info.

Table 16: しゃくパン、ぎゅうにゅう、イタリアンペスト、やさいのスープに、みかん. Includes ingredients like bread, pasta, and nutritional info.

Table 17: ごはん、ぎゅうにゅう、さばのみそに、きんぴら、のっぺい汁. Includes ingredients like salmon, kinpira, and nutritional info.

Table 20: ロールパン、ぎゅうにゅう、かわりごもくまめ、くきわかめスープ、ラフランスゼリー. Includes ingredients like bread, soybean curd, and nutritional info.

Table 21: はいがごはん、ぎゅうにゅう、おやこどんのぐ、みそしる、かき. Includes ingredients like beef, soybean curd, and nutritional info.

Table 22: むぎごはん、ぎゅうにゅう、あじのあんかけ、ぶどうまめ、けんちん汁. Includes ingredients like chicken, soybean curd, and nutritional info.

11月は、地産地消月間です. Information about local food consumption and the use of local products.

Table 24: むぎごはん、ぎゅうにゅう、ツナそぼろ、みそしる、だいごいも. Includes ingredients like tuna, soybean curd, and nutritional info.

Table 27: ソフトフランスパン、ぎゅうにゅう、サーモンフライ、ミニストローネ. Includes ingredients like salmon, soybean curd, and nutritional info.

Table 28: むぎごはん、ぎゅうにゅう、ぎゅうにくとだいごいのもの、ごまじょうゆあえ、なっとう. Includes ingredients like beef, soybean curd, and nutritional info.

Table 29: むぎごはん、ぎゅうにゅう、ひじきごはんの具、ひじきごはんのく、メヒカリフライ. Includes ingredients like hijiki, soybean curd, and nutritional info.

Table 30: はいがごはん、ぎゅうにゅう、ピピンバ(肉)、ピピンバ(野菜). Includes ingredients like bread, soybean curd, and nutritional info.

献立表の見方. Information about how to read the menu and nutritional values.