

2026年

# 4月の献立表

北海道星置養護学校 ほしみ高等学園

月	火	水	木	金
<p>16日は、<b>進級・新入学お祝い献立</b>です。 旬のたけのこご飯と花型のハンバーグです。デザートは、イチゴ果汁と豆乳を使用した紅白のお祝いゼリーです。</p> <p><b>おいせ</b> 配送ルートの変更にもない、<b>今年度は、パンが、火曜日</b> <b>麺が、木曜日</b> (隔週) に変更になりました。</p>	<p>8日</p> <p>①ご飯 ②みそ汁 ③手作りコロッケ ④友禅和え ⑤牛乳</p>  <p>しぎょうしき <b>始業式</b></p>	<p>9日</p> <p>①卵とじうどん ②辛子和え ③黒糖蒸しパン ④牛乳</p> 	<p>10日</p> <p>①ひじきピラフ ②キャベツのスープ ③ごぼうサラダ ④牛乳</p>  <p>にゅうがくしき <b>入字式</b></p>	
<p>13日</p> <p>①ご飯 ②わかめスープ ③マーボー豆腐 ④春雨サラダ ⑤牛乳</p> 	<p>14日</p> <p>①コッペパン②いちごジャム ③コーンシチュー ④フルーツサラダ ⑤牛乳</p> 	<p>15日</p> <p>①ご飯 ②もやしスープ ③エビ玉ケチャップあん ④ポテトサラダ ⑤牛乳</p> 	<p>16日</p> <p>①たけのこご飯 ②すまし汁 ③花型ハンバーグ・菜の花ソテー ④お祝いいちごゼリー ⑤牛乳</p>  <p><b>お祝い献立</b></p>	<p>17日</p> <p>①ポークカレーライス ②福神漬 ③グリーンサラダ ④牛乳</p> 
<p>20日</p> <p>①ご飯②ふりかけ ③みそ汁 ④ミートボールの甘酢あん ⑤おかか和え ⑥牛乳</p> 	<p>21日</p> <p>①五目チャーハン ②白菜スープ ③マカロニサラダ ④牛乳</p> 	<p>22日</p> <p>①ご飯 ②けんちん汁 ③鯖の西京焼き ④キャベツの塩昆布和え ⑤牛乳</p> 	<p>23日</p> <p>①塩ラーメン ②春巻き ③バナナ ④牛乳</p> 	<p>24日</p> <p>①鶏すき丼 ②みそ汁 ③野菜の甘酢和え ④牛乳</p> 
<p>27日</p> <p>①ご飯 ②みそ汁 ③揚げ出し豆腐 ④レンコンサラダ ⑤牛乳</p> 	<p>28日</p> <p>①バターロール ②野菜スープ ③スパニッシュオムレツ ④フルーツヨーグルト ⑤牛乳</p> 	<p>29日</p> <p>昭和の日</p> 	<p>30日</p> <p>①ご飯 ②大根スープ ③ホイコーロー ④もやしのひじき和え ⑤牛乳</p> 	



今月は、春つげ魚と呼ばれる鯖を使った「西京焼き」やたけのこを使った「たけのこご飯」や春キャベツが登場します。旬の味覚を味わいましょう。


# 食育だより

## 学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p> 
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p> 	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p> 	

### 大切な食事のあいさついただきます・ごちそうさま

日本には食事の前後のあいさつがあります。「いただきます」にも「ごちそうさま」にも食べ物の命や食事を用意するためにかかわった人たちへの感謝の気持ちが込められています。

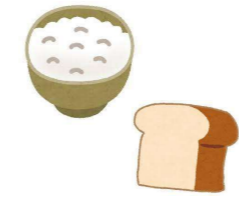


新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。  
みなさんが、健やかに成長していくために、調理員さん達と力を合わせて栄養バランスの良い安心で安全な給食を提供していきますので、どうぞよろしくお願いいたします。

## ～本校の学校給食について～



### 【主食】



○**ご飯**は、**週4回**です。北海道米「ななつぼし」です。  
白米以外に、麦飯・炊き込みご飯やピラフ、カレーライスなどができます。  
○**麺類**は、**木曜日(隔週)**です。夏には、冷たい麺の献立もあります。  
○**パン**は、**火曜日(隔週)**です。北海道産の小麦粉を使った無添加のパンです。

### 【おかず】

○焼き物、煮物、揚げ物、炒め物など和洋中バリエーションも豊富です。  
○和え物やサラダは、ほぼ全て加熱調理しています。

### 【汁物】

○煮干しや昆布、かつお、鶏ガラなど数種類でだしを取るのうまみが生きた優しい味になってます。

### 【デザート】

○季節の果物や手作りのデザートもです。

### 【牛乳】

○成長に必要なカルシウムを補うために毎日です。

## 食べる前のマナー・・・感染症の拡大防止のために！

- ① 衛生的な服装（エプロンや三角巾・マスク）をしましょう。
  - ② 手を、石けんでしっかりきれいに洗いましょう。
- \* 机を拭いたり部屋の換気をして、環境を整えてから、美味しく給食を食べてくださいね。



## 今月の給食から

16日は、入学・進級おめでとうのお祝い献立になっています。

### 春の食材

○春つけ魚と呼ばれる**鱈**（さわら）を使った西京焼きや**春野菜**や**たけのこ**を使った献立もあります。今後も給食で旬の味をお届けしていきますので、どうぞお楽しみに～♪

