

楽しく食べる
食に関する
指導のねらい

楽しい給食...準備や後片付けを手際よくし、楽しく食べることができる
いろいろな食べ物...いろいろな食べ物を知る

給食費納入のご案内

4月の口座振替はありません。口座振替は5月開始です。

アレルギー情報はこちら

(公財)よこはま学校食育財団ホームページ https://ygs.or.jp



給食の献立は、子どもたちが心身ともに健やかに成長して
いくための栄養バランスを考えて作られています。
また、それぞれの食べ物の一番よく採れて、おいしくなっ
た時期「旬」の食べ物を取り入れています。
給食にはいろいろな食べ物が使われています。いろいろな
食べ物を食べて元気な体をつくりましょう。

給食費の口座振替(お引落とし)は毎月29日です。
給食費の口座振替は、毎年5月から翌年3月までの11か月、毎月29日(2月は末日)に行います。
令和2年度の口座振替日(振替日前日までに口座へのお金をお願いいたします)
令和2年度5月期 令和2年度5月29日(金) 令和2年度6月期 令和2年度6月29日(月) 令和2年度7月期 令和2年度7月29日(水) 令和2年度8月期 令和2年度8月31日(月) 令和2年度9月期 令和2年度9月29日(水) 令和2年度10月期 令和2年度10月29日(木) 令和2年度11月期 令和2年度11月29日(金) 令和2年度12月期 令和2年度12月29日(月) 令和2年度1月期 令和2年度1月29日(水) 令和2年度2月期 令和2年度2月29日(月) 令和2年度3月期 令和2年度3月29日(水)

Table 13: Menu items like 麦ごはん, ツナそぼろ, 豚汁. Includes ingredients and energy/nutrient values.

Table 14: Menu items like ロールパン, ベンネミートソース, コーンサラダ. Includes ingredients and energy/nutrient values.

Table 15: Menu items like ごはん, 肉じゃが, おひたし. Includes ingredients and energy/nutrient values.

Table 16: Menu items like ソフトフランスパン, 魚フライ, 野菜のスープ煮. Includes ingredients and energy/nutrient values.

Table 17: Menu items like 鶏ごぼうごはん(麦ごはん), 牛乳, さわらのあんかけ. Includes ingredients and energy/nutrient values.

Table 20: Menu items like はいが食パン, チリコンカーン, キャベツサラダ. Includes ingredients and energy/nutrient values.

Table 21: Menu items like はいがごはん, いわしのかば焼き, 味噌汁. Includes ingredients and energy/nutrient values.

Table 22: Menu items like ごはん, ベイスターズ青星カレー, プルーンはっこう乳. Includes ingredients and energy/nutrient values.

Table 23: Menu items like 麦ごはん, 親子煮, からししょうゆあえ. Includes ingredients and energy/nutrient values.

Table 24: Menu items like ロールパン, 変わり五目豆, 変わかめスープ. Includes ingredients and energy/nutrient values.

Table 27: Menu items like ごはん, ハンバーグでりやきソース, ゆで野菜. Includes ingredients and energy/nutrient values.

Table 28: Menu items like 麦ごはん, 生揚げのそぼろ煮, 磯香あえ. Includes ingredients and energy/nutrient values.

献立表の見方
一人分の目安量(g)及び栄養量は、中学生の数値です。
※学校行事などの関係で献立を変えたり、お休みしたりすることがありますので、ご了承ください。

Table 30: Menu items like ひじきごはん(麦ごはん), ししゃもフライ, みそ汁. Includes ingredients and energy/nutrient values.

見直される魚の栄養
魚は肉と同じように良質なたんぱく質がとれます。そのうえ、脳の発達を促すDHA(ドコサヘキサエン酸)や血栓予防のEPA(エイコサペンタエン酸)など効果が期待される成分が多く含まれています。

バランスイ〜ナちゃん
バランスイ〜ナちゃんは、よこはま市の小学生が考えた食育推進マスコットです。

はま菜ちゃん
はま菜ちゃんは、横浜で生産される野菜や果物、肉や卵などの子ども向け農畜産物PRキャラクターです。

旬の魚介類
鯖(さわら)
鯖(さわら)はさば科の魚で、形が細長く腹が狭い「狭腹」から「さわら」と呼ばれるようになりました。5月から6月にかけて産卵のため外洋から瀬戸内海に押し寄せ、たくさん獲れる時期なので、魚偏に春と書きますが、関東では寒い時期の脂がのった寒鰯も好まれます。給食ではでんぷん(片栗粉)をつけたさわらの切り身を油で揚げ、甘いたれをかけて提供しています。