

## 

-TP 41	- T		<u> </u>		•		川工士	校給食せ	<i></i>
今月の 給食 目標	楽しく給食を食べよう	<sup>こんだて</sup> 献立のねらい	おもなざいりょう						エネルギー (kcal) ・ 小学校
			体をつく	る (赤)	からだ ちょうし体の調子をと	とのえる (緑)		になる (黄)	中学校
8 (火)	ばかうにゅう レーズンパン 牛乳 ビーフシチュー ** 野菜のレモン和え	みじたく 身支度の ととの かた 整え方	牛乳	牛肉	にんじん がリンピース キャベツ レモン	たまねぎ とうもろこし きゅうり	レーズンパン じゃがいも こむぎこ		687 851
9 (水)	をきまれる 牛乳 きびなごのフライ をいます。 まっこうど入り酢の物 じゃがいものそぼろ煮	<sup>Lipル た もの</sup> 旬の食べ物 「うど」	牛乳 わかめ	きびなご とり肉	うど キャベツ 干しいたけ いんげん	きゅうり にんじん たまねぎ	米 じゃがいも さとう でんぷん	むぎ 油 こんにゃく	663 816
10 (木)	こもく 五目うどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ おひたし	けんこう しょくじ 健康によい食事の かた げんえん とり方 (減塩)	牛乳 あぶらあげ のり	ぶた肉 ちくわ	たまねぎ だいこん もやし 干しいたけ	にんじん ねぎ ほうれんそう	うどん こむぎこ さとう	油	639 778
11 (金)	いろどりちらし寿司 # 乳 たけのこといかの木の芽和え すまし汁	Lipん た もの 旬の食べ物 「たけのこ」	牛乳 さけ みそ かまぼこ	いか たまご とうふ わかめ	えだまめ ほうれんそう にんじん	たけのこ しめじ ねぎ	米 さとう		641 767
14 (月)	<sup>**ぎ</sup> 麦ごはん 牛乳 ミンチカツ はる ひじきサラダ 春キャベツのみそ汁	Liph た to 旬の食べ物 liso 「春キャベツ」	牛乳 みそ あつあげ	ぶた肉 ひじき	こまつな えのきたけ キャベツ きゅうり	ねぎ にんじん たまねぎ	米 さとう パンこ	むぎ 油	654 792
15 (火)	プリーンサラダ コンソメスープ	La(U かんきょう 食事環境の せいび 整備	牛乳ベーコン	とり肉	キャベツ きゅうり たまねぎ	ブロッコリー にんじん とうもろこし	コッペパン さとう じゃがいも	油	628 762
16 (水)	st どんぶり きゅうにゅう 豚ニラスタミナ丼 牛乳 <sup>ごしきあ</sup> あまなつ 五色和え 甘夏ゼリー	ぇぃょうそ でっ 栄養素「鉄」 <sup>はたら</sup> の働き	牛乳レバー	ぶた肉 かまぼこ	ほうれんそう たまねぎ たけのこ にら	きくらげ にんじん もやし キャベツ	米 こんにゃく ゼリー	むぎ さとう	650 771
17 (木)	** 麦ごはん 牛乳 さけのチーズ焼き きんぴらごぼう みそ汁	たいせっ ではいせっ 「マナーの大切さ」	牛乳 ぶた肉 チーズ	さけ みそ わかめ	たまねぎ にんじん しめじ パセリ	ごぼう ピ―マン こまつな	米 こんにゃく ごま油 ごま	むぎ さとう マヨネーズ ふ	669 812
18 (金)	があうにゅう ケチャップライス 牛乳 チキンナゲット ゃさい 野菜スープ 紅白ゼリー	にゅうがく いわ 入学お祝い きゅうしょく 給食	牛乳	とり肉	たまねぎ グリンピース キャベツ	にんじん マッシュルーム セロリ	米 油 ゼリー	むぎ じゃがいも	661 816
21 (月)	まき	きせつ あじ 季節を味わう LaCU はる 食事「春」	牛乳 かつおぶし みそ	とり肉 わかめ	こまつな もやし ねぎ たけのこ	キャベツ にんじん ほうれんそう	米 でんぷん さとう	むぎ 油	687 828
22 (火)	コッペパン 牛乳 ポークチャップ ブロッコリーサラダ ポタージュ	LeCC えいせい 食事と衛生 であら 「手洗い」	牛乳	ぶた肉	たまねぎ ブロッコリー にんじん	キャベツ とうもろこし パセリ	コッペパン さとう バター こむぎこ	じゃがいも 油	682 850
23 (水)	tit まかうにゅう た	せいかつしゅうかんびょう 生活習慣病 ょぼう しょくじ 予防の食事	牛乳 ぶた肉 みそ	さば だいず	キャベツ にんじん だいこん	きゅうり ごぼう ねぎ	米 こんにゃく	むぎ さとう	658 821
24 (木)	しょうゆラーメン 牛乳 <sup>セュし</sup> 蒸ししゅうまい 中華和え	た もの やくわり 食べ物の役割 みどり しょくひん 「緑の食品」	牛乳	ぶた肉	カリフラワー たまねぎ もやし ねぎ	きくらげ にんじん はくさい キャベツ	中華めん ごま油 こむぎこ	<b>さ</b> とう	670 766
25 (金)	カレーライス 牛乳 キュ かいそう 海藻サラダ ヨーグルト	しょくじ かんしゃ 食事と感謝	牛乳 わかめ ヨーグルト	ぶた肉	たまねぎ グリンピース きゅうり	にんじん キャベツ	米 こむぎこ	むぎ じゃがいも	682 815
28 (月)	te また まからにゅう とりにく あま から 麦ごはん 牛乳 鶏肉の甘辛だれ ま もの こもく 酢の物 五目スープ	がっこう きゅうしょく 学校給食の もくひょう 目標	牛乳	とり肉	しめじ キャベツ もやし ねぎ	にんじん きゅうり はくさい たまねぎ	米ごま油	むぎ さとう	652 795
30 (水)	まぎ まっつにゅう あ だ どうふ 麦ごはん 牛乳 揚げ出し豆腐の やきい こんぶあ とんじる あんかけ 野菜の昆布和え 豚汁	た もの やくわり 食べ物の役割 あか しょくひん 「赤の食品」	牛乳 ぶた肉 みそ	とうふ ちくわ こんぶ	たまねぎ きぬさや キャベツ	えのきたけ にんじん きゅうり ごぼう ねぎ	米 さといも ごま油	むぎ こんにゃく でんぷん	647 766