

日	曜日	メニュー	食品のはたらき			1人あたり [kcal]	たんぱく 質[g]	脂質 [g]	塩分 [g]
			血や肉を つくるもの あか	力や体温と なるもの きいろ	体の調子をよくするもの みどり				
9	火	ごはん ハヤシチュー アーモンドサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だっしふんにゅう なまクリーム	こめ ジャがいも ハヤシルー サラダゆ アーモンド オリーブゆ さとう	しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリンピース きゃべつ きゅうり	658	21.8	24.2	2.2
10	水	ロールパン ペペロンチーノ ごほうサラダ	ぎゅうにゅう ペーこん	パン スパゲッティ オリーブゆ しらたき ごまあぶら ドレッシング	にんにく たまねぎ きゃべつ しめじ ピーマン あかピーマン ごほう だいこん きゅうり	629	20.0	28.8	2.6
11	木	ごはん さばのみそに ごまあえ えのきとあぶらあげの みそしる	ぎゅうにゅう さばみそに あぶらあげ	こめ ごま さとう じゃがいも	こまつな もやし にんじん えのきだけ ねぎ	597	25.5	21.9	2.2
12	金	ごはん マーボー豆腐 きりほしだいこんのナムル	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく	こめ さとう かたくりこ サラダゆ しらたき ごまあぶら ごま	にんじん ねぎ ピーマン しょうが にんにく えりんぎ ほししいたけ きりほしだいこん ちんげんさい	602	26.3	20.1	2.2
15	月	しろごまきなこ あげパン 1年生 きゅうしよくスタート!	きなこ ぎゅうにゅう チーズ ぶたにく なると	パン サラダゆ ごま さとう オリーブゆ ワンタン	きゃべつ こまつな にんじん はくさい ねぎ	591	24.4	25.1	2.5
16	火	ごはん ポークカレー コーンサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく	こめ ジャがいも カレールー サラダゆ さとう	にんじん たまねぎ しょうが にんにく きゃべつ きゅうり コーン	614	19.8	20.9	2.2
17	水	せわりパン やきそば フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく あおのり カルピス	パン やきそばめん サラダゆ	きゃべつ たまねぎ にんじん もやし ピーマン ほししいたけ パイン もも ゼリー レモンかじゅう	583	21.4	15.8	2.2
18	木	ごはん なまあげのそぼろに くきわかめサラダ にゅうがく・しんきゅう おめでとうメニュー	ぎゅうにゅう なまあげ ぶたにく くきわかめ かつおフレーク	こめ さとう かたくりこ サラダゆ ごまあぶら	にんじん たまねぎ えだまめ ほししいたけ きゅうり きゃべつ	611	25.0	24.1	1.9
19	金	おせきはん やきつくね うめおかかあえ すましじる おいわいクレープ	ぎゅうにゅう つくね けすりぶし とうふ	もちごめ こめ あすき ごま クレープ(こめこ)	ほうれんそう もやし にんじん うめびしお なばな ほししいたけ	600	22.2	19.8	3.2
22	月	コッペパン ミートボールの トマトソースに こまつなサラダ	ぎゅうにゅう ミートボール こなチーズ かつおフレーク	パン マカロニ さとう サラダゆ オリーブゆ	にんじん たまねぎ きゃべつ えだまめ こまつな きゅうり レモンかじゅう	594	25.7	24.5	2.3
23	火	とりめし (むぎごはん) ごまマヨネーズあえ いなかじる	とりにく ぎゅうにゅう なまあげ ハム	こめ むぎ さとう ジャがいも こんにやく ごま	しょうが にんじん だいこん ねぎ こまつな きゃべつ コーン	620	23.9	21.3	2.9
24	水	ごまあじうどん (パックめん) だいずとチキンのサラダ ヨーグルト	とりにく ぎゅうにゅう だいず サラダチキン ヨーグルト	ゆでうどん ごま さとう ごまあぶら	にんじん はくさい たまねぎ ほししいたけ きゃべつ えだまめ きゅうり	591	25.9	17.0	4.3
25	木	ごはん アジフライ おひたし はるさめとコーンのスープ のりふりかけ	ぎゅうにゅう アジフライ とりにく とうふ ふりかけ	こめ サラダゆ はるさめ ごま	にんじん いら コーン こまつな もやし	640	25.0	20.6	2.9
26	金	カレーピラフ とりにくときのこ のドリアふう ほうれんそうサラダ	ジョア ペーこん とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム	こめ ベシャメルソース バター さとう サラダゆ	にんじん たまねぎ パセリ えりんぎ ほうれんそう きゃべつ コーン しょうが	608	21.7	17.2	2.2
30	火	ごはん ぶたどんのく かみかみあえ	ぶたにく なると ぎゅうにゅう かつおフレーク	こめ しらたき さとう ごま ごまあぶら	しょうが たまねぎ きりほしだいこん にんじん きゅうり	592	26.0	20.0	2.0

毎月19日は「いただきますの日」ゆたかな心と体をはぐくみます
 ※ 食材料購入の都合により献立内容に 多少の変更が生ずる場合もあります。
 ※ 4月の給食費の引き落としは ありません。4月分は5月分とあわせて
 5月27日(月)になります。ご入金は余裕をもってお願い致します。

お知らせ

ランチセット(はし・スプーンなど)は
つかいやすいものを持参してください。
毎日持ち帰り、清潔に保ちましょう。
給食当番は 学校の白衣を使用せず、
個人のエプロン・三角巾を使用します。
洗濯・アイロンがけをした清潔な物
を持たせてください。
給食費は 指定いただいた金融機関より
月々引き落としになります。振替日は
毎月25日(土日祝の場合は次の営業
日)です。
よろしくお願いいたします。

今年度も 安心 安全 おいしい給食
づくりにつとめます。「いただきます!」
「ごちそうさま!」と、大きな声で言っ
てくださいね。
1年間よろしくお願ひいたします。



給食当番の衛生チェック

- 髪が長い人は結びましょう
- マスクで鼻と口をおおう
- 手はせっけんできれいに洗う
- 清潔な白衣(エプロン)を身に着ける
- 清潔なハンカチを用意する
- おなかの調子が悪い、吐き気がするなど、体調が悪い人は、当番を交代してもらってください。
- 白衣を床でたたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。