



4月

こんだてひょう



今月の目標～給食のマナーを身につけよう

日	主食	牛乳	おかず	たべもののはたらき			ひとくちメモ	
				赤 ちやにくや ほねをつくる	黄 ねつやちから のもとになる	緑 からだのちょうし をととのえる		
8 (火)	ごはん	牛乳	はくさいスープ はるまき ながいもソテー	(きゅうにゅう) ぶたにく ベーコン はるまき	ごはん ながいも あぶら オリーブあぶら	にんじん ながねぎ パセリ	はくさい にんにく にまねぎ	
9 (水)	ごはん	牛乳	とんじる いわしうめに こまつないそべあえ	(きゅうにゅう) ぶたにく みそ いわしうめに のり こうやどうふ	ごはん じゃがいも	にんじん キャベツ ながねぎ	ごぼう こんにゃく こまつな もやし	
10 (木)	すこやかロール	牛乳	オニオンスープ ロングワインナー きりほしたいこんサラダ	(きゅうにゅう) ロングワインナー ツナ	すこやかロール あぶら マヨネーズ ごま	たまねぎ にんじん マッシュルーム コーン パセリ	*すこやかロール(乳卵不使用パン)はバッグに入れます。 きりほしたいこん きゅうり	
11 (金)	むぎごはん	牛乳	ポークカレー ブロックコリーサラダ おいわいゼリー	(きゅうにゅう) ぶたにく たいば	むぎごはん じゃがいも ドレッシング おいわいゼリー	たまねぎ にんじん フロックコリー パプリカ えだまめ	*ポークカレー(乳成分除去) *お祝いゼリーは学級から	
14 (月)	ごはん	牛乳	キャベツのみぞしる チキンカツ マセドアンサラダ	(きゅうにゅう) チキンカツ なまあげ みそ	ごはん じゃがいも マヨネーズ さとう	キャベツ えのきだけ にんじん	えのきだけ きゅうり	*マセドアンサラダのチーズ除去
15 (火)	ごはん	牛乳	にくだんごスープ ほうぎょうざ にんじんシリシリ	(きゅうにゅう) にくだんご ほうぎょうざ ツナ	ごはん あぶら	にんじん はくさい しめじ コーン	にんじん はくさい ながねぎ	*にんじんシリシリの卵除去
16 (水)	ごはん	牛乳	せんべいじる ますしおやき ひじきのにもの りんごゼリー	(きゅうにゅう) ますしおやき とりにく さつまあげ ひじき たいば	ごはん せんべい りんごゼリー	にんじん はくさい ほししいたけ	にんじん はくさい ながねぎ	*りんごゼリーは学級から
17 (木)	ごはん	牛乳	ちゅうかコーンスープ にくだんご(小1ヶ、中2ヶ) けいちゃん	(きゅうにゅう) にくだんご とりにく みそ	ごはん さとう あぶら	にんじん コーン たまねぎ ほうれんそう キャベツ にんにく しょうが	にんじん コーン たまねぎ ほうれんそう キャベツ にんにく しょうが	*中華コーンスープの卵除去
18 (金)	うどん	牛乳	とりしおうどん にくじやがコロッケ ブロックコリーいそべあえ アーモンドカル(中のみ)	(きゅうにゅう) とりにく のり なると こさかな	うどん にくじやがコロッケ あぶら こまあぶら アーモンド	にんじん キャベツ にんにく ねぎ ブロックコリー	にんじん キャベツ にんにく ねぎ	
21 (月)	ごはん	牛乳	なめこじる やさいのとうにゅうよせ バラやき	(きゅうにゅう) とうふ みそ やさいのとうにゅうよせ ぎゅうにく	ごはん さとう	にんじん なめこ ながねぎ にんにく	にんじん なめこ ながねぎ にんにく しょうが	*だし巻き玉子→野菜の豆乳寄せ
22 (火)	ごはん	牛乳	ながいもとごぼうの マー婆ーふうじる いろどりシューマイ (小1ヶ、中2ヶ) もやしのちゅうかあえ	(きゅうにゅう) ぶたにく ハム いろどりシューマイ	ごはん ながいも さとう ドレッシング	にんじん にんにく ながねぎ	ごぼう しょうが もやし きゅうり	
23 (水)	ごはん	牛乳	たいこんのみぞしる しろみざかなフライ じゃがいものそぼろに チーズ(中のみ・2ヶ)	(きゅうにゅう) しろみざかなフライ あぶらあげ みそ ぶたにく チーズ	ごはん じゃがいも あぶら さとう	たいこん にんじん	たいこんな グリンピース	*小学校にはチーズはつきません *中学生で乳のアレルギーがない生徒は、学級からチーズをとってください。
24 (木)	すこやか こくとう ロール	牛乳	ABCスープ デミハンバーグ アスパラヒツナのサラダ	(きゅうにゅう) ベーコン デミハンバーグ ヒツナ	すこやかこくとうロール マカロニ ごま ドレッシング	にんじん セロリ キャベツ アスパラガス きゅうり	たまねぎ セロリ キャベツ アスパラガス きゅうり	*黒糖パン→すこやか黒糖ロール(乳卵不使用パン)
25 (金)	むぎごはん	牛乳	チキンカレー フルーツポンチ	(きゅうにゅう) とりにく たいば	むぎごはん じゃがいも カレールウ ゼリー	にんじん にんにく みかん ハイン りんご もも	たまねぎ しょうが ハイン りんご もも	*チキンカレー(乳成分除去)
28 (月)	ごはん	牛乳	はなふのみぞしる さはみぞに こまおかかあえ	(きゅうにゅう) さはみぞに みそ わかめ はなふ かつおぶし	ごはん かたくりこ こま	にんじん はうれんそう	ほうれんそう	*かきたま味噌汁→花麩のみぞしる(卵除去)
30 (水)	ごはん	牛乳	みそけんちん とりのてりやき てっこつサラダ	(きゅうにゅう) とうふ みそ あぶらあげ とりのてりやき ひじき ちりめんじゃこ	ごはん こま ごまあぶら さとう ドレッシング かたくりこ	にんじん たいこん ながねぎ にんにく ほししいたけ	たいこんな グリンピース にんじん たいこん ながねぎ にんにく ほししいたけ ブロックコリー	*鉄骨サラダのチーズ除去

きゅうしょくじかん 給食時間のやくそく



第1・3週

第2・4週

月	火	水	木	金
ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	めん
ごはん	ごはん	ごはん	パン	ごはん

おいらせ町は給食費無料化事業を
実施しています。
【給食材料費 1食当たり】
小学校 300円 中学校 350円



HPへのアクセスはこちら♪

<おねがい>

- ★給食を食べる前に手をきれいに洗いましょう。
- ★毎日「はし」をきれいに洗ってもらってきてましょう。
- ★献立表にスプーンマークがついている時は
スプーンも忘れずにもつてきましょ。
- ★残った給食は持ち帰らないようにしましょ。



うらにも「給食だより」があります。見てね！