



R7.

4月 学校給食献立予定表



五和学校給食センター

ひ	よう	しゅしよく	ぎゅう にゅう	おかず	ざいりょう			エネルギー たんぱく質
					ちやにくやほねになる	ねつやちからになる	からだのちようしをととのえる	
始業式								
8	火	むぎごはん		からあげ だいこんとわかめのすのもの もずく入りかき玉汁	牛乳 ちくわ とろふ とり肉 たまご わかめ もずく (にぼし)	米 麦 油 さとう ごま でんぷん こむぎこ	にんにく きゅうり しょうが ねぎ だいこん にんじん たまねぎ	663 28.6
9	水	 入 学 式						
10	木	わかめごはん		あつやきたまご ひき肉とれんこんのわふうはるさめ とうふとわかめのみそ汁	牛乳 とうふ たまご ぶたミンチ 油あげ 麦みそ わかめ (にぼし)	米 麦 さとう はるさめ ごま油 ごま	ねぎ たまねぎ れんこん にんじん しいたけ いんげん	662 24.8
入学・進級お祝い献立								
11	金	カレーライス おいおいゼリー		チキンナゲット かいそうサラダ	牛乳 とり肉 生クリーム だいず スキムミルク わかめ くきわかめ 赤かえでのり	米 麦 油 さとう じゃがいも ばんこ こむぎこ 糸かんでん 青じそドレッシング	きゅうり にんじん キャベツ たまねぎ にんにく りんご いちご	697 20.4
14	月	ミルクパン		しゅうまい② キャベツのちゅうかあえ いくらげと卵のちゅうかスープ	牛乳 ぶた肉 かまぼこ たまご	ミルクパン さとうごまごま油 こむぎこ でんぷん 油	キャベツ きゅうり きくらげ ホールコーン たまねぎ しょうが にんじん チンゲン菜 ねぎ	644 26.1
天草宝島デー								
15	火	むぎごはん		いわしのしょうがに きりぼしだいこんのサラダ 新玉ねぎのみそ汁	牛乳 いわし あつあげ 麦みそ わかめ (にぼし)	米 麦 さとう ごま でんぷん ノンエッグマヨネーズ	切り干しだいこん にんじん きゅうり ホールコーン しょうが たまねぎ しいたけ ねぎ えだまめ	668 24.3
16	水	こめこいり にんじんパン		チキンのカレーマヨやき やさしいサラダ ポタージュスープ	牛乳 チーズ とり肉 わかめ ひじき スキムミルク とりささみ	こめこいりにんじんパン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 油 サラ玉ちゃんドレッシング	キャベツ きゅうり たまねぎ ホールコーン にんじん しめじ パセリ	662 28.6
天草宝島デー								
17	木	むぎごはん		ぶりフライ ほうれん草のごまあえ 白玉団子汁	牛乳 ブリ ちくわ とり肉 油あげ (にぼし)	米 麦 油 ばんこ ごま さとう 白玉だんご こむぎこ	ほうれん草 たまねぎ もやし にんじん ごぼう しいたけ ねぎ	676 27.5
18	金	むぎごはん		とりとレバーのあまずあえ ツナサラダ つぼん汁	牛乳 とうふ とり肉 ツナ とりレバー (にぼし)	米 麦 油 さとう こむぎこ でんぷん さといも ノンエッグマヨネーズ	にんじん たまねぎ ピーマン きゅうり キャベツ ごぼう しいたけ こんにやく ねぎ	666 28.7
21	月	振 替 休 業 日						
天草宝島デー								
22	火	まぜごはん		魚のあまずあんかけ ほうれん草のサラダ わかたけ汁	牛乳 油あげ とり肉 ホキ切り身 とりささみ とうふ かまぼこ わかめ (かつお節・出し昆布)	米 麦 油 さとう でんぷん ごま ノンエッグマヨネーズ こむぎこ	にんじん ごぼう しいたけ いんげん ねぎ ホールコーン たまねぎ ほうれん草 たけのこ	629 28.9
23	水	しよくパン チョコ大豆クリーム		カラフルすごもり卵 ばんかん おしぼうちょう	牛乳 ハム たまご ちくわ とり肉 (にぼし)	しよくパン さといも こめこ 油 こむぎこ チョコだいずクリーム	ホールコーン えだまめ ばんかん はくさい にんじん ごぼう しいたけ ねぎ	631 29.6
24	木	むぎごはん		あまからきびなご 春キャベツのあえもの さといものにももの	牛乳 きびなご とり肉 かつお節 てんぷら	米 麦 油 さとう ごま でんぷん さといも じゃがいも	ほうれん草 キャベツ こんにやく たまねぎ にんじん いんげん ごぼう	634 25.0
25	金	歓 迎 遠 足 の 日						
28	月	丸パンカット		手作りハンバーグ ひじきサラダ コンソメスープ	牛乳 ぶたミンチ 牛ミンチ たまご とりささみ ひじき とり肉	まるばん ばんこさとうごま 油 ノンエッグマヨネーズ じゃがいも マカロニ	たまねぎ きゅうり ホールコーン キャベツ にんじん パセリ	645 29.5
29	火	昭 和 の 日						
30	水	ピザトースト		ほうれん草オムレツ コールスローサラダ ウインナースープ	牛乳 チーズ ハム たまご とりささみ ポークウインナー ひよこ豆 レッドキドニー	食パン ノンエッグマヨネーズ 油 さとう じゃがいも でんぷん	たまねぎ ピーマン キャベツ にんじん ほうれん草 パセリ ホールコーン 青えんどう豆	657 26.1



保護者の方へ

学校給食に関するお知らせ

毎月、献立表を配布します。……………

ご家庭での食事作りの参考にすると、活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。

給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。…

給食当番は1週間の交代制で、給食の配膳や準備、後片付けなどを行います。給食当番をした週の週末に給食着を持ち帰りますので、ご家庭で洗濯とアイロンがけをして、次の登校時に持たせてください。なお、ほかのお子さんも使用しますので、香りの強い洗剤や柔軟剤の使用はお控えください。



ご入学・ご進級おめでとうございます。学校給食は、栄養バランスのとれた食事で子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、さまざまなことを学ぶ教材となるものです。地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、子どもたちが楽しみになるようなおいしい給食作りに努めてまいります。

天草宝島デー

天草宝島デーは、天草でとれた食材や天草に昔から伝わる郷土料理などを献立にとりいれて紹介する日です。

今月はコレ！

たけのこ

新たまねぎ

ブリ

