



4月 五和小学校 献立表

五和学校給食センター

ひ	よう	しゅしょく	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	
8	すい	コッペパン		コーンポタージュ やさいメンチ れんこんチップサラダ	牛乳 とり肉 ぶた肉 スキムミルク	コッペパン じゃがいも あぶら 米粉 さとう パン粉 でんぷん	たまねぎ 人参 コーン れんこん こまつな キャベツ	665 24.9
9	もく			にゅうがくしき				
10	きん	わかめごはん		かきたまじる からあげ ごまネーズあえ・ひとくちゼリー	牛乳 とうふ わかめ たまご とり肉 ちくわ ひじき (にぼし)	米 麦 でんぷん あぶら ごま 小麦粉 でんぷん ノンエッグマヨネーズ ゼリー	たまねぎ いら キャベツ 人参 きゅうり えのきだけ しいたけ こまつな	664 28.9
13	げつ	カットコッペパン		こめこのクリームシチュー てりやきパティ キャベツのコールスロー	牛乳 とり肉	コッペパン じゃがいも あぶら 米粉	人参 たまねぎ しめじ コーン ほうれん草 キャベツ コーン	645 27.6
14	か	きゅうきゅうカレー		すいとんだんごじる ストックサラダ バナナ	牛乳 油あげ とり肉 わかめ (にぼし)	米 ごま じゃがいも さとう 小麦粉	大根 ごぼう しめじ 人参 ねぎ しいたけ コーン	573 19.7
15	すい	こめこパン		はるキャベツのスープ あまくさぶりフライ ポテトサラダ	牛乳 ぶり ハム ヨーグルト	米粉パン マカロニ あぶら じゃがいも 小麦粉 ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ 人参 キャベツ きゅうり	641 26.9
16	もく	むぎごはん		にくじゃが もやしのもの ばんかん	牛乳 牛肉 とり肉	米 麦 さとう じゃがいも あぶら ごまあぶら ごま	たまねぎ こんにゃく いんげん 人参 もやし キャベツ ばんかん	620 19.6
17	きん	こだいまいごはん		おひめさんだんごじる れんこんつくね たけのこのひこずり	牛乳 油あげ とり肉 さつまあげ かつお節 (にぼし)	米 赤米 さとう さつまいも 小麦粉 あぶら	人参 ごぼう れんこん しいたけ ねぎ たけのこ こんにゃく	628 23.0
20	げつ			ふりかえきゅうぎょうび				
21	か	むぎごはん		マーボーどうふ ぎょうざ パンサンスー	牛乳 あつあげ 豚ひき肉 大豆 ハム きんし卵	米 麦 さとう でんぷん 小麦粉 春雨 ごまあぶら	ねぎ たまねぎ しいたけ 人参 きゅうり たけのこ	681 27.9
22	すい	ミルクパン		ミートボールスパゲティ アスパラサラダ デコボンゼリー	牛乳 ミートボール チーズ ハム	ミルクパン スパゲティ さとう オリーブ油	たまねぎ 人参 しめじ にんにく パセリ キャベツ ｱｶｶﾞｽﾃｺﾎﾝ	692 25.7
23	もく	むぎごはん		あつあげとキャベツのみそじる あつやきたまご きんぴらごぼう	牛乳 厚あげ 卵 牛肉 (にぼし)	米 麦 さとう あぶら ごま	たまねぎ 人参 キャベツ しいたけ ねぎ ごぼう いんげん こんにゃく	652 26.9
24	きん	むぎごはん		あまくさいちばんカレー だいすナゲット フルーツヨーグルト	牛乳 南関あげ 大豆 ヨーグルト	米 麦 あぶら じゃがいも	たまねぎ 人参 枝豆 コーン バナナ みかん もも パイン	697 18.0
27	げつ	かぼちゃパン		はるさめスープ ひじきコロッケ イタリアンサラダ	牛乳 牛ひき肉 豚ひき肉 チーズ ひじき	かぼちゃパン はるさめ ごまあぶら じゃがいも あぶら さとう ノンエッグマヨネーズ 小麦粉	きくらげ 人参 たまねぎ キャベツ ねぎ きゅうり ホールコーン	655 20.2
28	か	むぎごはん		あいしょうじる ささみのレモンあげ はくさいのごまあえ	牛乳 とり肉 油あげ (にぼし)	米 麦 さつまいも でんぷん ごま あぶら さとう	人参 こんにゃく たまねぎ ねぎ レモン はくさい	633 26.3
30	もく	むぎごはん		わかたけじる さばゆずみそに きりほしだいこんのふくめに	牛乳 とうふ わかめ さば とり肉 油あげ さつまあげ (かつお節・昆布)	米 麦 さとう ごまあぶら	たけのこ 人参 たまねぎ しいたけ ねぎ だいこん こんにゃく	621 25.9

※都合により献立や食材が変更になる場合があります。ご了承ください。

がっ こう きゅうしょく 学校給食は「食」を学ぶ時間です!

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康に良い食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。

給食から学ぶこと

- 健康に良い食事のとり方
- 地域の産業
- 伝統行事や行事食
- 環境への配慮
- 日本や世界の食文化
- 感謝の心 など

