



日付	こ  ん  だ  て		ざ い り ょ う	エネルギー (kcal)	ﾀﾞｲﾅﾐｯｸ質 (g)	
13	火	牛乳	ちらし寿司	油揚げ・高野豆腐・のり・米・米サラダ油・三温糖・人参・干しいたけ・かんぴょう・たけのこ・さやいんげん・清酒・酢・塩・醤油・みりん・ごま	589	23.9
			かきたま汁	鶏肉・豆腐・鶏卵・でんぷん・長ねぎ・小松菜・清酒・醤油・塩		
			清見オレンジ	清見オレンジ		
14	水	牛乳	きつねうどん	油揚げ・冷凍うどん・三温糖・長ねぎ・人参・小松菜・醤油・清酒・みりん・塩	652	42.1
			竹輪の磯辺揚げ	竹輪・鶏卵・青のり・薄力粉・なたね油		
			ごま和え	さとう・ごま・ほうれん草・人参・緑豆もやし・醤油・清酒		
15	木	牛乳	キムチチャーハン	ごま油・米・麦・米サラダ油・清酒・豚肉・キムチ・にら・鶏卵・塩・醤油	597	24.6
			春雨スープ	鶏肉・人参・干しいたけ・たけのこ・緑豆もやし・白菜・長ねぎ・緑豆春雨・小松菜・清酒・塩・こしょう・醤油・ごま油		
			ヨーグルト	ヨーグルト		
16	金	牛乳	はちみつレモントースト	食パン・レモン汁・マーガリン・はちみつ・グラニュー糖	678	21.5
			ホワイトシチュー	鶏肉・米サラダ油・塩・こしょう・白ワイン・玉ねぎ・人参・じゃがいも・薄力粉・牛乳・パセリ・生クリーム		
			コーンサラダ	キャベツ・きゅうり・コーン・人参・酢・米サラダ油・醤油・こしょう・塩・三温糖		
19	月	牛乳	麦ごはん	米・麦・米サラダ油・清酒	596	24.4
			四川豆腐	豚肉・米サラダ油・豆板醤・しょうが・にんにく・長ねぎ・干しいたけ・人参・豆腐・清酒・醤油・テンメンジャン・三温糖・でんぷん・にら・ごま油		
			ナムル	緑豆もやし・ほうれん草・人参・醤油・上白糖・ごま油・ラー油・にんにく		
20	火	牛乳	スパゲッティミートビーンズソース	スパゲッティ・米サラダ油・しょうが・にんにく・玉ねぎ・人参・セロリ・豚肉・鶏肉・赤ワイン・トマトピューレ・トマトケチャップ・中濃ソース・ウスターソース・塩・こしょう・醤油・薄力粉・チーズ・大豆	671	28.8
			野菜サラダ	キャベツ・きゅうり・人参・赤ピーマン・酢・米サラダ油・こしょう・塩・三温糖・粒マスタード・レモン汁		
21	水	牛乳	五目ごはん	米・麦・米サラダ油・鶏肉・人参・ごぼう・油揚げ・こんにゃく・清酒・みりん・三温糖・醤油	622	26.8
			鯖の西京みそがけ	鯖・清酒・でんぷん・なたねサラダ油・みりん・三温糖・西京みそ・醤油		
			おひたし	ほうれん草・緑豆もやし・えのきたけ・醤油・清酒・三温糖		
22	木	牛乳	鶏そぼろ丼	米・麦・米サラダ油・しょうが・人参・鶏肉・清酒・三温糖・みりん・醤油・鶏卵・ごま・さやいんげん	652	28.9
			みそ汁	じゃがいも・油揚げ・小松菜・長ねぎ・赤みそ・白みそ		
			りんごゼリー	りんごジュース・粉寒天・上白糖・ゼラチン		

日付	こんだて		ざいりょう	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
23	金	牛乳	麦ごはん	米・麦・米サラダ油	595	23.5
			鮭ふりかけ	鮭・ちりめんじゃこ・ごま・のり・清酒		
			肉じゃが	豚肉・米サラダ油・こんにゃく・醤油・清酒・みりん・人参・玉ねぎ・じゃがいも・さやいんげん・米サラダ油		
			即席漬け	きゅうり・かぶ・人参・塩・醤油		
26	月	牛乳	みそラーメン	中華麺・ごま油・にんにく・しょうが・長ねぎ・赤みそ・米サラダ油・豚肉・人参・コーン・緑豆もやし・キャベツ・にら・清酒・醤油・こしょう・豆板醤	616	22.1
			フルーツみつ寒	粉寒天・上白糖・黄桃缶・みかん缶・りんご缶・グラニュー糖・はちみつ・白ワイン		
27	火	牛乳	たけのこご飯	米・麦・たけのこ・人参・さやいんげん・油揚げ・醤油・清酒・みりん	587	24.5
			まぐろの竜田揚げ	かじきまぐろ・しょうが・清酒・醤油・でんぷん・なたねサラダ油		
			磯の香和え	ほうれん草・緑豆もやし・人参・醤油・清酒・みりん・のり		
28	水	牛乳	ハンバーガー	子供パン・米サラダ油・玉ねぎ・豚肉・鶏肉・塩・こしょう・ナツメグ・鶏卵・切干大根・パン粉・トマトケチャップ・中濃ソース・赤ワイン・キャベツ	591	27.6
			ABCスープ	玉ねぎ・米サラダ油・鶏肉・ベーコン・白ワイン・人参・コーン・キャベツ・塩・こしょう・醤油・ほうれん草・マカロニ		
30	金	牛乳	カレーライス	豚肉・米・麦・米サラダ油・じゃがいも・薄力粉・はちみつ・玉ねぎ・しょうが・にんにく・人参・清酒・カレー粉・ウスターソース・中濃ソース・醤油・トマトケチャップ・塩・こしょう・赤ワイン	717	22.2
			ツナサラダ	ツナ・ひじき・三温糖・米サラダ油・きゅうり・キャベツ・人参・こしょう・醤油・塩・酢		

※献立は都合により変更することがあります。

### 〇給食費振替のお知らせ

給食費の口座振替日が5月10日(月)になります。

4・5月の2か月分の引き落としになりますので、1年生は7280円、2～6年生は8000円です。その他に手数料が10円がかかります。よろしくお願いいたします。



ご入学、ご進級おめでとうございます。

新学期が始まり、子どもたちは毎日元気に楽しくすごしています。学校給食では、子どもたちの元気を支えるために、安全でおいしく栄養バランスのよい献立を給食室一同提供していきます。



## 学校給食の役割

学校給食は栄養バランスのよい食事によって、子どもたちの心身の健康や発育、発達を支えるのはもちろん、食に関する指導を効果的にすすめるための『生きた教材』でもあります。特に給食の時間では、準備から後片づけまでの実践力が身につきます。

また、季節ごとの地場産物や郷土料理、行事食を取り入れているので、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めることができます。



朝ごはんを食べて登校しましょう！

わたしたちは、食事によってエネルギーや栄養素を摂っています。特に、朝ごはんは午前中の大切なエネルギー源です。午前中から元気に活動するためにも、必ず朝ごはんを食べて登校しましょう。



給食当番の日の体調をチェックしよう！

給食当番の日は、体調をチェックしています。体調が悪い場合、無理のないよう朝の健康観察時に担任にお知らせください。



※栄養士の岩崎です。今年度も十分な衛生管理のもと、安全・安心でおいしい給食を提供いたします。子どもたちにとって楽しみなものになるように努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。