



4月 きゅうしょくよていこんだてひょう



とくらしょう

日	こんだて		おもにエネルギーになる (きいろのグループ)		おもにからだをつくる (あかのグループ)		おもにからだのちょうしをととのえる (みどりのグループ)		エネルギー (kcal) カルシウム (mg)
8 (木)	1年生	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			645 318
		むぎいりごはん	こめ・むぎ						
	2年生 ~ 6年生	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			
		チンジャオロース	じゃがいも・さとう	あぶら	ぶたにく		たけのこ・ピーマン		
		ワンタンスープ	でんぷん	ごまあぶら			ふるね・にんにく		
ブルーベリーゼリー	ワンタンのかわ(こむぎこ)	ごま	ポークハム	わかめ	キャベツ・にんじん・はねぎ				
9 (金)	1年生	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう		590 313	
チョコカール	こむぎこ・さとう	マーガリン	たまご	スキムミルク					
2年生 ~ 6年生	わかめごはん	こめ・むぎ	ごま		わかめ				
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				
	やきつくね	でんぷん・さとう	ラード	とりにく・かつおぶし		キャベツ・ふるね・にんにく			
にびたし	キャッサバでんぷん		えんどうまめ		ほうれんそう・はくさい				
みそしる			かつおぶし		とうもろこし				
12 (月)	1年生	むぎいりごはん	こめ・むぎ					604 322	
ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう					
ポークカレー	じゃがいも	あぶら	ぶたにく	スキムミルク	ふるね・にんにく				
	カレールウ(こむぎこ)			こなチーズ	たまねぎ・にんじん				
					グリーンピース				
13 (火)	1年生	むぎいりごはん	こめ・むぎ					653 393	
		ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			
		にくじゃが	さとう・じゃがいも		ぶたにく		にんじん・たまねぎ・グリーンピース		
	みそしる	いとこんにやく		あぶらあげ・みそ		えのきたけ・だいこん・こまつな			
	2年生 ~ 6年生	むぎいりごはん	こめ・むぎ						
にくじゃが		さとう・じゃがいも		ぶたにく		にんじん・たまねぎ・グリーンピース			
まめとジャコのごまあげ	さとう	ごまあぶら・ごま	ちりめんじゃこ						
みそしる			しろいんげんまめ						
14 (水)	ソフトめん	ソフトめん(こむぎこ)						606 323	
ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう					
ミートソース	こむぎこ	バター	だいず・ぎゅうにゅう	こなチーズ	ふるね・にんにく				
		あぶら	ぶたにく	スキムミルク	マッシュルーム・たまねぎ				
フレンチサラダ	さとう	あぶら	ポークハム		にんじん・パセリ				
フルーツゼリー	さとう				キャベツ・きゅうり・とうもろこし				
15 (木)	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			612 403	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ							
	さばのみそに	さとう		さば・みそ		ふるね			
	おひたし	さとう	ごま	ちりめんじゃこ		とうもろこし			
	みそしる					キャベツ・こまつな			
くだもの				とうふ・あぶらあげ	えのきたけ・はくさい				
				みそ	はねぎ				
16 (金)	参観・懇談・引き取り訓練のため給食はありません。								
19 (月)	えびピラフ	こめ・むぎ	オリーブあぶら	えび		にんにく・にんじん・たまねぎ		620 339	
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう	とうもろこし・えだまめ			
	ジャーマンポテト	じゃがいも	あぶら	ポークウインナー	こなチーズ	たまねぎ・パセリ			
にくだんごスープ				こんさいいりつくね(でんぷん)		にんじん・たまねぎ			
						こまつな			

20日からは裏面をご覧ください。

日	こんだて	おもにエネルギーになる (きいろのグループ)		おもにからだをつくる (あかのグループ)		おもにからだのちょうしをととのえる (みどりのグループ)		エネルギー (kcal) カルシウム (mg)
祝 20 (火)	せきはん	もちごめ・こめ						681 327
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			
	とりのからあげ	でんぷん		とりにく		ふるね・しょうが		
	こまつなのおかかあえ			かつおぶし		こまつな・キャベツ		
	すましじる			なると・とうふ		えのいたけ・にんじん・はねぎ		
	フレンズクレープ	こめこ・みずあめ さとう・チョコレート		とうにゅう				
21 (水)	コロッケバーガー(パン)	こむぎこ・さとう	ショートニング		スキムミルク			618 382
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			
	だいずコロッケ(ソース)	さとう・じゃがいも		だいず		たまねぎ		
	キャベツのソテー		あぶら			キャベツ・にんじん		
	コーンポタージュスープ	こむぎこ	バター・あぶら		ぎゅうにゅう スキムミルク こなチーズ なまクリーム	たまねぎ・とうもろこし パセリ		
22 (木)	むぎいりごはん	こめ・むぎ						590 288
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			
	たちうおのしおやき		ごま	たちうお		ふるね		
	にびたし					ほうれんそう・はくさい・にんじん		
	みそしる	じゃがいも		みそ	わかめ	はねぎ		
23 (金)	むぎいりごはん	こめ・むぎ						564 414
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			
	トンクどうふ	さとう	あぶら	ぶたにく	なまあげ	しいたけ・にんじん・ふるね チンゲンツアイ		
	わかめスープ	でんぷん	ごまあぶら		わかめ	とうもろこし・にんじん えのきたけ・はねぎ・たまねぎ		
	くだもの		あぶら			きよみオレンジ		
26 (月)	むぎいりごはん	こめ・むぎ						635 288
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			
	さわらとだいずのナッツあえ	でんぷん・さとう	カシューナッツ	だいず・さわら		ふるね		
	キャベツのスープ			ベーコン		キャベツ・たまねぎ・えのきたけ		
27 (火)	むぎいりごはん	こめ・むぎ						609 319
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			
	おやこどん	さとう		とりにく		たまねぎ・しいたけ・にんじん グリーンピース		
	みそしる	じゃがいも		みそ・とうふ	わかめ	こまつな		
	くだもの					ネーブルオレンジ		
28 (水)	むぎいりごはん	こめ・むぎ						631 375
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			
	とうふのチリソース	さとう・でんぷん	あぶら	えび・だいず とうふ・ぶたにく		にんにく・ふるね・にんじん しいたけ・はねぎ・たけのこ		
	ポテまめちゅうかサラダ	じゃがいも・さとう	ごまあぶら	だいず・ポークハム		きゅうり		
30 (金)	むぎいりごはん	こめ・むぎ						606 475
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			
	ししゃもフライ	パンこ・こむぎこ	あぶら	ししゃも				
	ごまあえ	さとう	ごま			こまつな・キャベツ		
	すましじる			かまぼこ・とうふ	わかめ	えのきたけ・はねぎ・にんじん		

ご入学・ご進級おめでとうございます

◎1年生は、8日より給食(8日は牛乳のみ)が始まります。給食になれるため、13日までは、段階給食になります。完全な食事量ではありませんので、帰宅後にご家庭で補食やおやつを食べさせてください。

◎予定献立表や給食だよりは、毎月発行します。(5月からは、PTA会員数で配布します。)献立別に使っている食材がわかるように表示していますのでご家庭で活用ください。

◎献立は、天候などにより、変更になることがあります。

◎新学期は、環境の変化などで、精神的にも肉体的にも疲れぎみになります。十分な睡眠をとり、かならず朝食を食べてくるようにしてください。



徳倉小ホームページ
学校ブログ
メニュー給食

給食の写真作っている様子など学校ホームページにのせてあります。ご覧ください

三島市立徳倉小学校 検索



★新年度をむかえいよいよ給食がはじまります。本年度も安全・美味しい給食を提供できるように、給食室一同、張り切って頑張ります。★
★よろしくお願いいたします。★

調理員

たけざわ まゆみ
つちや ようこ
たけし ちか
おがわ ひろみ
おおかわ えりこ
たきもと まさみ
栄養士
とりやま たまき

