



4月きゅうしょくよていこんだてひょう 2021

さかしょうがっこう

日	献立名	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal)
		おもにエネルギーのもとになる (きいろのなかま)	おもにからだをつくるもとになる (あかのなかま)	おもにからだのちょうしをととのえるもとになる (みどりのなかま)	
9 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		587
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	にしよくどん (ツナそぼろ)	さとう	ツナ	たまねぎ・にんじん・しいたけ グリーンピース	
	(いりたまご)	あぶら・さとう	たまご		
	みそしる		とうふ・あぶらあげ・わかめ・みそ	だいこん	
12 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		611
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	なまあげのごもくに	あぶら・さとう・でんぷん	ぶたにく・なまあげ・みそ	ふるね・しいたけ・にんじん・コーン はねぎ	
	さんしょくあえ	さとう		キャベツ・にんじん・きゅうり	
	はるさめスープ	はるさめ・ごまあぶら・ごま	ぶたにく	はくさい・チンゲンサイ	
13 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		582
	チキンピラフ	こめ・むぎ・あぶら	とりにく	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム グリーンピース	
	ビーンズサラダ	マヨネーズ	だいず	キャベツ・きゅうり・コーン	
	にくだんごのスープ	パンこ	とりにく	にんじん・たまねぎ・はねぎ・えのき	
14 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		605
	カレーライス (ごはん)	こめ・むぎ			
	(ルウ)	あぶら・じゃがいも	ぶたにく・だいず・だっしふんにゅう こなチーズ	ふるね・にんにく・たまねぎ・にんじん	
	ツナサラダ	あぶら・さとう	ツナ	キャベツ・きゅうり	
15 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		586
	おやこどん (ごはん)	こめ・むぎ			
	(ぐ)	さとう	とりにく・たまご	しいたけ・にんじん・たまねぎ さやいんげん	
	みそしる		あぶらあげ・わかめ・みそ	キャベツ・にんじん	
	かこうこざかな	ごま・さとう	こざかな		
16 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		641
	コーンピラフ	こめ・むぎ・あぶら		にんじん・コーン・グリーンピース	
	ポテたまめサラダ	じゃがいも・さとう・ごまあぶら	だいず	きゅうり	
	ラビオリスープ	こむぎこ・パンこ	ぶたにく	たまねぎ・トマト・えのき・パセリ	
	おいわいクレープ	さとう・あぶら・こめこ	とうにゅう	いちごピューレ	
19 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		632
	たけのこごはん	こめ・むぎ	あぶらあげ	たけのこ・しいたけ	
	ししゃもフライ	あぶら・パンこ・こむぎこ	ししゃも		
	ごまあえ	ごま・さとう		ほうれんそう・はくさい	
	みそしる	さつまいも	とうふ・みそ	はねぎ・たまねぎ	
20 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		594
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	やきつくね	あぶら・でんぷん・さとう	とりにく	キャベツ	
	ごもくまめ	さとう	だいず・とりにく・こんぶ	にんじん・ごぼう	
	ぶたじる	さといも・こんにゃく	ぶたにく・とうふ・みそ	にんじん・だいこん・はねぎ	

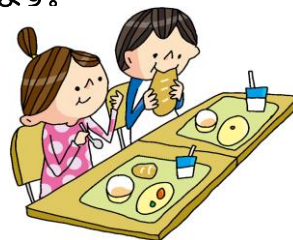
☆21日(水)からは裏面をご覧ください。

☆お知らせ☆

1年生は9日(金)は給食がありません。
12日(月)から給食が始まります。給食になれるため、段階給食になります。

○1年生段階給食○

- 12日(月) 牛乳のみ
- 13日(火) 牛乳・チキンピラフ
- 14日(水) 牛乳・カレーライス・ツナサラダ
- 15日(木) 牛乳・親子丼・みそ汁



季節の食べ物 春

さわら



漢字で魚へんに春と書くように、春が旬です。やわらかく食べやすいのが特長です。

段階給食は完全な食事量ではありませんので、ご家庭で補食やおやつのご用意をお願いします。
16日(金)からは他の学年と同じ給食になります。

☆毎日の給食の写真や使用食材の産地を学校ホームページにのせていますので、ご覧ください。

検索方法

三島市立坂小学校ホームページ → 学校ブログ → メニュー 給食

三島市立坂小学校

検索



日	献立名	おもにエネルギーになる (きいろのなかま)	おもにからだをつくる (あかのなかま)	おもにからだのちょうしをととのえる (みどりのなかま)	エネルギー (kcal)
21 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		615
	ミートソース (ソフトめん)	こむぎこ			
	(く)	バター・こむぎこ・あぶら	ぶたにく・だいず・だっしふんにゅう こなチーズ	ふるね・にんにく・たまねぎ・にんじん トマト・パセリ	
	フレンチサラダ くだもの	あぶら・さとう	ハム	キャベツ・きゅうり・コーン きよみオレンジ	
22 (木) ふるさと給食の日	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		603
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さかなとじゃがいものあげに にびたし	じゃがいも・さとう・あぶら でんぷん	さわら	ふるね・にんじん・たけのこ さやいんげん	
	みそしる		わかめ・みそ	ほうれんそう・はくさい・コーン だいこん・しめじ・はねぎ	
26 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		616
	ポテトミートサンド (パン)	こむぎこ・ショートニング・さとう	だっしふんにゅう		
	(く)	じゃがいも・あぶら	ぶたにく・だいず・こなチーズ	にんじん・たまねぎ	
	やさいスープ フルーツゼリー	さとう	ベーコン	たまねぎ・にんじん・キャベツ・こまつな パイナップル・みかん	
27 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		634
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さわらのごまやき	ごま・ごまあぶら・さとう	さわら	にんにく・ふるね	
	きんぴら みそしる くだもの	あぶら・さとう	さつまあげ なまあげ・わかめ・みそ	ごぼう・にんじん・さやいんげん えのき・たまねぎ ネーブルオレンジ	
28 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		614
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さかなのグリーンあげ	あぶら・こむぎこ	さわら・たまご	グリンピース	
	おひたし みそしる のりふりかけ		かつおぶし とうふ・わかめ・みそ	こまつな・キャベツ しめじ・だいこん・はねぎ	
30 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		614
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	ぶたにくのソースいため	あぶら・さとう	ぶたにく	コーン・たまねぎ・パセリ	
	こふきいも はくさいスープ くだもの	じゃがいも ごま・はるさめ	ベーコン	にんじん・はくさい・こまつな きよみオレンジ	

今月の給食は14回の予定です。仕入れの関係で献立を変更する場合があります。献立変更に伴い、アレルギー対応が必要となる児童には個別に連絡します。

☆お知らせ☆

- ・23日(金)は全学年での遠足のため、給食はありません。
 - ・毎月一度「ふるさと給食の日」を設定し、地場産物を多く取り入れています。
 - ・給食予定献立表、給食だよりは毎月発行します。(5月からの献立表はPTA会員数で配布します。)
- 献立ごとに食材名を分けて書いてあります。ご家庭でご活用ください。

★給食当番の身じたくチェック★

ぼうしにかみの毛をきちんと入れた



マスクは鼻までおおっている

つめを短く切っている

清潔な白衣を着ている

手を石けんできれいに洗った

ご入学・ご進級おめでとうございます

新年度を迎え、いよいよ給食が始まります。本年度も給食室一同、安心でおいしい給食作りに努力してまいります。よろしくお願いいたします。

給食室

栄養士 中村 真子 (なかむら まこ)
調理員 小森 朋子 (こもり ともこ)
調理員 南雲 益代 (なぐも やすよ)

