



4月きゅうしょくよていこんだてひょう 2019

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)	
8 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		628
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	マーボードウフ	さとう・あぶら・でんぶん	とうふ・ぶたにく・だいず・みそ	ふるね・にんにく・たまねぎ・たけのこ しいたけ・にんじん・はねぎ	
	わかめのスープ	ベーコン・ごま・ごまあぶら	わかめ	だいこん・にんじん・にら	
	くだもの			あまなつみかん	
9 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		613
	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	ふるね・たまねぎ・キャベツ・パセリ	
	じゃがバター	じゃがいも・バター			
	ラビオリスープ	ラビオリのかわ・パンこ	ぶたにく	はくさい・にんじん・こまつな・たまねぎ セロリ	
かこうこざかな	さとう・ごま	こざかな			
10 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		670
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さかなのだいずの カシューナッツあえ	あぶら・さとう・でんぶん カシューナッツ	さわら・だいず	ふるね	
	おひたし		かつおぶし	こまつな・キャベツ	
みそしる		みそ・わかめ	だいこん・しめじ・はねぎ		
11 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		601
	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 トマトピューレ	
ツナサラダ	あぶら・さとう	ツナ	キャベツ・きゅうり・コーン		
12 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		588
	エビピラフ	こめ・むぎ・バター	えび	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム	
	ビーンズサラダ	マヨネーズ	だいず・ダイスチーズ	キャベツ・きゅうり・えだまめ	
	やさいスープ	あぶら	ベーコン	たまねぎ・だいこん・にんじん ほうれんそう	
くだもの			きよみオレンジ		
15 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		632
	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・でんぶん	ぶたにく・なまあげ・みそ	ふるね・しいたけ・にんじん・はねぎ・コーン	
	たまごスープ	でんぶん・ごま	たまご・とりにく	たまねぎ・えのき・チンゲンサイ	
くだもの			あまなつみかん		
16 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		587
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さばのしおやき		さば	ふるね	
	こまつなのびたし			こまつな・しめじ・にんじん	
いわしのつみれじる	さといも	いわしのつみれ・とうふ	だいこん・ごぼう・はねぎ		
17 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		687
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	チンジャオロース	あぶら・じゃがいも・さとう でんぶん・ごまあぶら	ぶたにく	ふるね・にんにく・たけのこ・ピーマン	
	ちゅうかコーンスープ	でんぶん	とうふ・たまご	たまねぎ・コーン・しいたけ・こまつな	
チーズデザート	さとう	クリームチーズ	りんご		
18 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		609
	たけのこごはん	こめ・むぎ	あぶらあげ	たけのこ・しいたけ	
	やしししゃも		ししゃも		
	ごもくまめ	こんにゃく・さとう	だいず・とりにく・こんぶ	ごぼう・にんじん	
みそしる	さつまいも	みそ	だいこん・はねぎ		
19 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		639
	ポテトミートサンド (パン)	パン			
	(ぐ)	あぶら・じゃがいも	ぶたにく・だいず・こなチーズ	たまねぎ・にんじん・パセリ	
コーンチャウダー	バター	ベーコン・ぎゅうにゅう・なまクリーム	コーン・たまねぎ・ほうれんそう		



☆毎日の給食の写真や給食を作っている様子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





☆ 22日からの献立は裏面をご覧ください。



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)
22 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		665
	おやこどん (ごはん)	こめ・むぎ			
	(く)	さとう	とりにく・たまご・なると	たまねぎ・にんじん・しいたけ・グリルピース	
	みそしる	じゃがいも	なまあげ・みそ	えのき・こまつな	
	フルーツゼリー	ゼリーのもと		もも・りんご・みかん	
23 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		680
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さかなのグリーンあげ	こむぎこ・あぶら	さわら・たまご	グリーンピース	
	きんぴら	あぶら・ごま	さつまあげ	ごぼう・にんじん・さやいんげん	
	みそしる		みそ・あぶらあげ	だいこん・こまつな	
	のりふりかけ	ごま・さとう	のり		
24 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		691
	ソフトめん	ソフトめん			
	ミートソース	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	
	マセドニアンサラダ	じゃがいも・マヨネーズ	ダイスチーズ	きゅうり・にんじん	
	くだもの			きよみオレンジ	
25 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		619
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	とりのごまソースかけ	ごま・さとう	とりにく	ふるね・トマトピューレ	
	コールスロー	あぶら・さとう		キャベツ・コーン	
	ポテトスープ	じゃがいも	ベーコン	たまねぎ・にんじん・しめじ・パセリ	

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。

☆お知らせ☆

- ・1年生は8日、9日は給食はありません。
- ・10日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○

- 10日 牛乳のみ
- 11日 牛乳・カレーライス
- 12日 牛乳・エビピラフ・やさいスープ・オレンジ



15日からは他の学年と同じ給食になります。
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。

- ・毎月一度「ふるさと給食の日」を設定しています。地場産物を多く取り入れています。今月は18日です。
- ・給食予定献立表は毎月発行します。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。



☆お願い☆

- ・給食当番の時は、マスクを持たせてください。

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。

たけのこ



香りがよく独特のえぐみがあり、汁物やたけのこごはんなどで味わいます。

甘夏



この時季に出回り、夏みかんより酸味が少ないかんきつ類です。

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



□清潔な白衣を着ている

□マスクは鼻までおおっている

□つめを短く切っている

□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 田原 佑子 (たはら ゆうこ)
調理員 中林 香織 (なかばやし かおり)
調理員 渡辺 直美 (わたなべ なおみ)

