



4月きゅうしょくよていこんだてひょう 2018

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 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		714
	おやこどん (ごはん)	こめ・むぎ			
	(ぐ)	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・グリピース	
	みそしる		あぶらあげ・みそ	キャベツ・にんじん・はねぎ	
10 (火)	かこうこざかな	さとう・ごま	こざかな		761
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	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 チンゲンサイ・コーン	
11 (水)	ドレッシングあえ	ごまあぶら・さとう		キャベツ・にんじん・きゅうり	716
	はるさめスープ	はるさめ・ごまあぶら	ぶたにく	はくさい・はねぎ	
	くだもの			きよみオレンジ	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
12 (木)	むぎいりごはん	こめ・むぎ			655
	さかなとだいのすのナッツあえ	あぶら・さとう・でんぶん・かシューナッツ	さわら・だいす		
	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	
13 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		664
	チキンカレー (ごはん)	こめ・むぎ			
	(ルウ)	あぶら・じゃがいも	とりにく・だいす・だっしふんにゅう	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	
16 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		665
	コーンピラフ	こめ・むぎ・バター	えび	たまねぎ・にんじん・コーン・グリーンピース	
	ビーンズサラダ	マヨネーズ	だいす・ダイスチーズ	キャベツ・きゅうり	
	やさいスープ	あぶら		たまねぎ・だいこん・にんじん ほうれんそう	
17 (火)	くだもの			きよみオレンジ	713
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	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・こなチーズ	たまねぎ・にんじん・パセリ	
18 (水)	キャベツのソテー	あぶら		キャベツ・エリンギ	778
	コーンスープ	バター・こむぎこ	ぎゅうにゅう・だっしふんにゅう こなチーズ	コーン・たまねぎ・ほうれんそう	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
19 (木)	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	673
	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		なまあげ・わかめ・みそ	だいこん・しめじ・はねぎ	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
20 (金)	キムチチャーハン	こめ・むぎ・ごまあぶら・ごま	ぶたにく	はくさいキムチ・たまねぎ	823
	ポテたまめサラダ	じゃがいも・さとう・ごまあぶら	だいす	きゅうり・にんじん	
	とうふとチンゲンサイのスープ	でんぶん	とうふ・かまぼこ	チンゲンサイ・しめじ	
	ピーチゼリー	ゼリーのもと		ももかん	
9 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		714
	おやこどん (ごはん)	こめ・むぎ			
	(ぐ)	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・グリピース	
	みそしる		あぶらあげ・みそ	キャベツ・にんじん・はねぎ	

☆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





☆ 23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)
23 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		738
	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	
	こふきいも	じゃがいも			
24 (火) ふるさと給食の日	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		689
	たけのこごはん	こめ・むぎ	あぶらあげ	たけのこ・しいたけ	
	あつやきたまご	さとう・あぶら	たまご		
	ピーナッツあえ	ピーナッツ・さとう	ちくわ	キャベツ・ほうれんそう	
	みそしる	さつまいも	みそ	だいこん・はねぎ	
25 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		752
	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 パセリ	
	マセドニアンサラダ	じゃがいも・マヨネーズ	ハム	きゅうり・にんじん	
	くだもの			ネーブルオレンジ	
26 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		702
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さわらのてりやき		さわら		
	こまつなのびたし			こまつな・しめじ・にんじん	
27 (金) 入学進級お祝い献立	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		734
	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・アーモンド	ぶたにく	ふるね・にんにく・たけのこ・ピーマン	
	たまごスープ	でんぶん	とうふ・たまご	たまねぎ・しいたけ・はねぎ	
	おいわいクレープ	さとう・こむぎこ・あぶら	にゅうせいひん・たまご・かんでん	いちご	



今月の給食は15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11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○

- 11日 牛乳のみ
- 12日 牛乳・カレーライス
- 13日 牛乳・コーンピラフ・やさいスープ・きよみオレンジ



16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。

- ・25日は毎月一度のふるさと給食の日です。地場産物を多く取り入れています。(今月は24日がふるさと給食の日です。)
- ・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。

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。



☆お願い☆

- ・給食当番の時は、マスクを持たせてください。

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 高田 智世 (たかだ ともよ)
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)

