

4月こんだてよていひょう



平成31年度

三島市立山田小学校

ひ に ち	よ う び	こんだてめい	おもなざいりょうとそのはたらき			I 値 キ - (kcal) たんぱく しつ(g)
			<きいろのなかま> おもにエネルギーのもとになる食品 <small>しよくひん</small>	<あかのなかま> おもにからだ <small>からだ</small> をつくるもとになる食品 <small>しよくひん</small>	<みどりのなかま> おもに体の調子 <small>からだちようし</small> を整えるもとになる食品 <small>しよくひん</small>	
8 月		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		613 24.8
		むぎいりごはん	こめ・むぎ			
		にくじゃが	さとう・しらたき・じゃがいも	ぶたにく	にんじん・たまねぎ・グリーンピース	
		ツナとキャベツのごまあえ	ごま・さとう	ツナ	キャベツ	
		みそしる		あぶらあげ・とうふ・みそ	だいこん・はねぎ	
		のりふりかけ	ごま・さとう	のり		
9 火		1年生 段階給食①				138 6.8
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		2～6年生				
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		むぎいりごはん	こめ・むぎ			
		さばのおろしかけ(さば)	でんぷん・あぶら	さば	しょうが	
		(だいこんおろし)	さとう		だいこん	
おひたし			ほうれんそう・キャベツ			
みそしる		あぶらあげ・みそ・わかめ	たまねぎ・しめじ・はねぎ			
10 水		1年生 段階給食②				265 10.8
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		ソフトフランスパン	こむぎこ・さとう・あぶら	だっしふんにゅう・はっこうにゅうせいひん		
		2～6年生				
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		ソフトフランスパン	こむぎこ・さとう・あぶら	だっしふんにゅう・はっこうにゅうせいひん		
とりにくのクリームに	バター・こむぎこ・あぶら	ベーコン・とりにく・だっしふんにゅう・ぎゅうにゅう	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・パセリ			
グリーンサラダ	あぶら・さとう		レタス・キャベツ・きゅうり			
11 木		1年生 段階給食③				477 16.9
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		チキンピラフ	バター・こめ・むぎ	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	
		オニオンスープ		ベーコン	たまねぎ・にんじん・こまつな	
		ブルーヨーグルト	さとう	ヨーグルト	ブルー	
		2～6年生				
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
チキンピラフ	バター・こめ・むぎ	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・さとう	だいず	キャベツ・きゅうり・にんじん・ホールコーン			
オニオンスープ		ベーコン	たまねぎ・にんじん・こまつな			
ブルーヨーグルト	さとう	ヨーグルト	ブルー			
12 金		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		652 22.7
		カレーライス(ごはん)	こめ・むぎ			
		(ルウ)	あぶら・じゃがいも・カレールウ	ぶたにく・だっしふんにゅう・こなチーズ	しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん・グリーンピース	
		うすらのたまご		うすらのたまご		
		フレンチサラダ	あぶら・さとう	ハム	キャベツ・きゅうり・ホールコーン	
くだもの			ネーブルオレンジ			
15 月		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		613 24.4
		むぎいりごはん	こめ・むぎ			
		とりのごまソースかけ	さとう・ごま	とりにく	にんにく・しょうが・トマトピューレ	
		こふきいも	じゃがいも			
		やさいスープ		ベーコン	たまねぎ・にんじん・キャベツ・こまつな	

16日からは裏面をごらんください。

☆1年生 段階給食について☆

- 8日(月) 1年生は給食がありません
- 9日(火) ぎゅうにゅう
- 10日(水) ぎゅうにゅう・ソフトフランスパン
- 11日(木) ぎゅうにゅう・チキンピラフ・オニオンスープ・ブルーヨーグルト
- 12日(金) 他の学年と同じ献立で提供します

1年生の給食は9日(火)から始まります。始めは給食になれるため、段階給食となります。完全な給食ではありませんので、ご家庭で補食やおやつをご用意ください。



☆給食配膳時のマスク着用をお願い☆

今年度から衛生面に配慮し、給食を配膳する際に、給食当番以外の児童もマスクを着用することにいたしました。つきましては、毎日着用できるように、紙あるいは布のマスクをご用意ください。ご協力をお願いいたします。



ひ に ち	よう び	こんだてめい	おもなざいりょうとそのはたらき			I 補 給 - (kcal) たんぱく しつ(g)
			<きいろのなかま> おもにエネルギーのもとになる食品 <small>しょくひん</small>	<あかのなかま> おもに体をつくるもとになる食品 <small>しょくひん</small>	<みどりのなかま> おもに体の調子を整えるもとになる食品 <small>しょくひん</small>	
16	火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		595 23.0
		だいすわかめごはん	こめ・むぎ	だいす・わかめ		
		あつやきたまご	さとう・あぶら	たまご		
		きりほしだいこんのもの	あぶら・さとう	こんぶ・さつまあげ	だいこん・にんじん・ほししいたけ・さやいんげん	
		みそしる	じゃがいも	あぶらあげ・みそ	たまねぎ・はねぎ	
		くだもの			きよみオレンジ	
ふるさときょうしゅくのひ						
17	水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		595 21.0
		たけのこごはん	こめ・むぎ	あぶらあげ	にんじん・ほししいたけ・たけのこ	
		かんしょみしまコロッケ	さつまいも・こむぎこ・こめこ・あぶら	とうにゅう・だいす		
		にびたし			こまつな・キャベツ・ホールコーン	
		みそしる		なまあげ・みそ・わかめ	たまねぎ・はねぎ	
		かこうこざかな	さとう・ごま	かたくちいわし		
18	木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		587 28.2
		むぎいりごはん	こめ・むぎ			
		さけのまめみそやき	さとう・ごまあぶら・ごま	さけ・だいす・みそ	はねぎ	
		ごまあえ	さとう・ごま		こまつな・キャベツ	
		けんちんじる	こんにゃく・じゃがいも・でんぷん	とりにく・とうふ	ごぼう・だいこん・にんじん・はねぎ	
		くだもの			ネーブルオレンジ	
19	金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		607 24.3
		むぎいりごはん	こめ・むぎ			
		マーボードウフ	あぶら・さとう・でんぷん	ぶたにく・だいす・みそ・とうふ	しょうが・にんにく・たまねぎ ほししいたけ・たけのこ・にんじん・はねぎ	
		じゃがいものちゅうかサラダ	じゃがいも・ごま・ごまあぶら・さとう		にんじん・きゅうり	
		くだもの			きよみオレンジ	
22	月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		611 23.2
		おやこどん (ごはん)	こめ・むぎ			
		(ぐ)	さとう	とりにく・たまご	ほししいたけ・にんじん・たまねぎ・グリーンピース	
		みそしる		とうふ・みそ	だいこん・こまつな	
フルーツゼリー	さとう		パイナップル・みかん			
23	火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		590 20.9
		なめし	こめ・むぎ・さとう・ごま	かつおぶしふんまつ	あおな	
		きびなごフライ	パンこ・ごま・こめこ・こむぎこ・あぶら	きびなご		
		エリンギソテー	バター・でんぷん		エリンギ・チンゲンサイ・キャベツ	
		くだくさんじる	こんにゃく・じゃがいも	とうふ・あぶらあげ・みそ	ごぼう・だいこん・はねぎ	
		すりおろしりんご	さとう		りんご・りんごかじゅう	
24日は給食がありません						
25	木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		613 26.9
		わかめラーメン (めん)	こむぎこ			
		(しる)	でんぷん・ごま・バター	ぶたにく・やきぶた・わかめ	にんじん・たまねぎ・ホールコーン チンゲンサイ・もやし・はねぎ	
		やきつくね	ラード・でんぷん・さとう	とりにく・かつおぶし	キャベツ・しょうが	
		あおなとひじきのにびたし	あぶら	ひじき・あぶらあげ	ほししいたけ・にんじん・こまつな	
26	金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		602 20.8
		せきはん	こめ・もちごめ	あずき		
		(ごましお)	ごま			
		はながたとうふハンバーグ	あぶら・さとう	とうふ・とりにく・おから	たまねぎ・にんじん・しょうが	
		ごまあえ	ごま・さとう		ほうれんそう・キャベツ	
		すましじる		あおのりボール (たらのすりみ・あおのり・だいすたんぱく)	にんじん・たまねぎ・えのきたけ・はねぎ	

今月の給食は14回の予定です。仕入れや天候などの影響で献立を変更する場合があります。



ご入学・ご進級おめでとうございます

ピカピカの1年生を迎え、いよいよ給食が始まります。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、必ず朝ごはんを食べて、元気に登校しましょう。

◎献立予定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。

来月からはPTA会員数で配布します。

◎毎月一度、地場産物を多く取り入れた「ふるさと給食の日」を実施します。



☆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
 三島市立山田小学校ホームページ → 学校ブログ → メニュー 給食