

風や日射しも暖くなり、若葉の緑が美しい季節となりました。子どもたちの元気な挨拶にパワーをもらいながら、給食室一同おいしい給食づくりに励んでいます。今月は春が旬の食材がたくさん登場します。

| 日                         | 曜 | こんだてめい                    |                                                                                     | 体をつくる赤の食品                       | エネルギーになる<br>黄の食品                              | 体の調子を整える<br>緑の食品                               | エネルギー<br>(kcal)                                                               | たんぱくし<br>う<br>(g) |      |
|---------------------------|---|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------|
| 端午の節句献立                   |   |                           |                                                                                     |                                 |                                               |                                                |                                                                               |                   |      |
| 2                         | 金 | ちまきふうおこわ                  |    | はるまき<br>うましおあえ<br>かしわもち         | ぎゅうにゅう やきぶた<br>あぶらあげ<br>ぶたにく あずき かんてん         | こめ もちごめ あぶら<br>さとう こめ はるさめ<br>でんぶん こむぎこ        | にんじん たけのこ しいたけ<br>たまねぎ キャベツ しょうが<br>きゅうり                                      | 575               | 17.2 |
| 八十八夜献立                    |   |                           |                                                                                     |                                 |                                               |                                                |                                                                               |                   |      |
| 7                         | 水 | まっちゃミルク<br>トースト           |    | コールスローサラダ<br>ミネストローネ            | ぎゅうにゅう<br>ベーコン だいず                            | パン れんにゅう バター<br>あぶら さとう じゃがいも<br>マカロニ          | まっちゃ キャベツ きゅうり<br>にんじん とうもろこし たまねぎ<br>セロリー マッシュルーム トマト                        | 597               | 17.6 |
| 8                         | 木 | ピースごはん                    |    | ハンバーグ<br>しんたまねぎソース<br>バリバリサラダ   | ジョア (ブレン)<br>こんぶ とりにく ぶたにく<br>まぐろみずに          | こめ もちごめ あぶら<br>さとう パンこ でんぶん<br>こむぎこ            | グリーンピース たまねぎ<br>キャベツ きゅうり にんじん                                                | 560               | 20.7 |
| 9                         | 金 | ソイどん<br>(むぎごはん)           |    | ぜっこうちょうサラダ                      | ぎゅうにゅう だいず<br>ぶたにく ベーコン<br>こんぶ かつおぶし          | こめ むぎ あぶら<br>さとう こむぎこ でんぶん<br>ごま               | しゅんぎく にんじん<br>きゃべつ きゅうり<br>とうもろこし                                             | 577               | 23.1 |
| 12                        | 月 | わかめごはん                    |    | かつおのりようしあげ<br>わかたけに             | ぎゅうにゅう わかめ<br>かつお とりにく かつおぶし                  | こめ むぎ あぶら ごま<br>パンこ こむぎこ でんぶん<br>こんにゃく さとう     | しょうが にんじん たけのこ<br>ふき さやえんどう                                                   | 602               | 27.1 |
| 13                        | 火 | くろパン                      |    | てづくりマカロニグラタン<br>フレンチサラダ         | ぎゅうにゅう (グラタンにも)<br>ハム とうふ チーズ                 | パン マカロニ バター<br>あぶら こむぎこ さとう<br>でんぶん パンこ        | たまねぎ にんじん にんにく<br>マッシュルーム キャベツ<br>きゅうり みかん                                    | 656               | 22.5 |
| 本を味わおう給食「そらまめくんのあたらしいベッド」 |   |                           |                                                                                     |                                 |                                               |                                                |                                                                               |                   |      |
| 14                        | 水 | ごぼうの<br>ドライカレー<br>(むぎごはん) |    | コーンサラダ<br>ゆでそらまめ                | ぎゅうにゅう ぶたにく                                   | こめ むぎ あぶら<br>こむぎこ さとう                          | にんにく しょうが たまねぎ<br>にんじん ごぼう トマト そらまめ<br>マッシュルーム ビーマン ほしぶどう<br>キャベツ きゅうり とうもろこし | 565               | 21.1 |
| 郷土料理【東京】                  |   |                           |                                                                                     |                                 |                                               |                                                |                                                                               |                   |      |
| 15                        | 木 | ふかがわめし                    |    | さばのたつたあげ<br>みそけんちんじる            | ぎゅうにゅう あさり<br>あぶらあげ さば とうふ<br>みそ              | こめ さとう あぶら<br>でんぶん じゃがいも<br>こんにゃく              | しょうが にんじん ごぼう<br>だいこん こまつな ながねぎ                                               | 673               | 25.4 |
| 16                        | 金 | たまごとじうどん<br>(じごなうどん)      |   | しんごぼうのあまからあげ<br>はるキャベツのあさづけ     | ぎゅうにゅう たまご<br>とりにく わかめ                        | じごなうどん さとう<br>でんぶん あぶら ごま                      | にんじん ながねぎ しめじ<br>ごぼう きゃべつ きゅうり                                                | 552               | 20.6 |
| 食育の日 世界の料理「イギリス」          |   |                           |                                                                                     |                                 |                                               |                                                |                                                                               |                   |      |
| 19                        | 月 | キャロットピラフ                  |  | フィッシュアンドチップス<br>スコッチブロス         | ジョア (ブレン)<br>ハム たら とりにく<br>ベーコン               | こめ バター じゃがいも<br>あぶら でんぶん むぎ                    | にんじん たまねぎ<br>マッシュルーム セロリー<br>だいこん                                             | 582               | 23.5 |
| 20                        | 火 | むぎごはん<br>てっかみそ            |  | しんじゃがのそばろに<br>なめたけあえ            | ぎゅうにゅう だいず<br>みそ ぶたにく                         | こめ むぎ あぶら さとう<br>でんぶん じゃがいも                    | しょうが たまねぎ にんじん<br>こまつな もやし キャベツ<br>えのきたけ                                      | 621               | 21.6 |
| 21                        | 水 | しおキャラメル<br>あげパン           |  | こんにゃくサラダ<br>とうふとにくだんごの<br>スープに  | ぎゅうにゅう なんと<br>とりにく ぶたにく とうふ                   | パン あぶら さとう<br>ミルメーク (キャラメル)<br>でんぶん こんにゃく パンこ  | きゅうり だいこん<br>とうもろこし たまねぎ<br>しょうが にんじん たけのこ<br>えのきたけ はくさい チンゲンサイ               | 585               | 22.6 |
| 22                        | 木 | ごもくチャーハン                  |  | きびなごのカリカリフライ<br>ワンタンスープ         | ぎゅうにゅう やきぶた<br>きびなご とりにく                      | こめ あぶら さとう<br>じゃがいも でんぶん<br>こめこ げんまいこ こむぎこ     | にんじん たまねぎ しいたけ<br>ピーマン しょうが だいこん<br>たけのこ えのきたけ はくさい<br>もやし たら                 | 547               | 22.9 |
| 23                        | 金 | ツナとはるキャベツの<br>スパゲッティ      |  | ひじきのマリネ<br>ヨーグルト                | ぎゅうにゅう とりにく<br>まぐろみずに ひじき<br>ヨーグルト            | スパゲッティ あぶら<br>バター さとう                          | にんにく たまねぎ にんじん<br>マッシュルーム キャベツ<br>きゅうり だいこん                                   | 528               | 23.4 |
| 26                        | 月 | ツイストパン                    |  | アスパラガスのクリームに<br>フルーツポンチ         | ぎゅうにゅう (クリームにも)<br>ベーコン とりにく ひよこめ<br>チーズ      | パン あぶら じゃがいも<br>バター こむぎこ マカロニ<br>りんごゼリー ぶどうゼリー | たまねぎ にんじん<br>マッシュルーム<br>アスパラガス みかん パイン                                        | 652               | 23.3 |
| 27                        | 火 | しおやさいラーメン<br>(ホットちゅうかめん)  |  | ぎょうざ<br>くきわかめのチョナムル             | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>とりにく くきわかめ                     | ホットちゅうかめん あぶら<br>でんぶん さとう ごま<br>こむぎこ だいずこ      | しょうが もやし にんじん キャベツ<br>きくらげ とうもろこし ながねぎ<br>たら たまねぎ こまつな にんにく                   | 530               | 21.2 |
| 郷土料理【熊本県】                 |   |                           |                                                                                     |                                 |                                               |                                                |                                                                               |                   |      |
| 28                        | 水 | びりんめし                     |  | だいずとござかなの<br>しゃりしゃりあげ<br>タイピーエン | ぎゅうにゅう とりにく<br>とうふ あぶらあげ かまぼこ<br>にぼし だいず ぶたにく | こめ あぶら さとう<br>ごま でんぶん はるさめ                     | だいこん ごぼう にんじん<br>キャベツ ながねぎ しいたけ<br>しょうが                                       | 658               | 29.5 |
| 球技大会応援献立                  |   |                           |                                                                                     |                                 |                                               |                                                |                                                                               |                   |      |
| 29                        | 木 | ソースかつどん<br>(むぎごはん)        |  | キャベツ<br>みそしる                    | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>わかめ みそ                         | こめ むぎ あぶら<br>パンこ でんぶん だいずこ<br>じゃがいも            | キャベツ たまねぎ もやし<br>しめじ こまつな ながねぎ                                                | 554               | 18.7 |

☆加工品の製造工場では小麦、乳、やまいも、卵、ごまを含む製品を製造している場合があります。  
★食材などの購入都合などにより、献立を変更することもありますのでご了承ください。  
☆献立表にはパンの詳しい成分や、細かい調味料、加工品については記載していません。内容をお知りになりたい場合は担任の先生を通じて聞いて いただくか、栄養教諭までご連絡ください。  
★学校給食の変更に関する届出について  
次に該当する場合は、食材発注の都合上、事由の生じる6日前（土日祝・年末年始除く）までに学校給食喫食内容変更届を学校に提出する必要があります。  
・食物アレルギー等による学校給食の全部を停止、若しくは牛乳停止又は牛乳のみの提供となる場合  
・停止していた給食を再開する場合  
・傷病等により、学校給食を実施する日において6日以上欠食する場合  
※期限内に提出がない場合は、学校給食費の減額処理や学校給食の提供ができなくなりますので、あらかじめご承知おきください。  
\*おはしやスプーン、フォークなどはご家庭からの持参をお願いしています。毎日持ち帰り、清潔にしてください。ご協力をお願いいたします。

