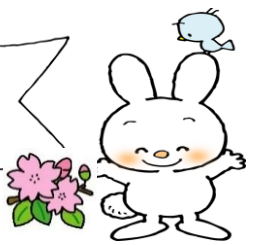




4月

こんだてひょう

2023年
高平台小学校



ひ	よう	しゅしよく	ぎゅうにゅう	おかず	ざいりょう			エネルギー たんぱくしつ	
					ちやにくやほねになる	からだのちょうしをととのえる	ねつやちからになる		
10	げつ				しぎょうしき 始業式				
11	か			てりやきハンバーグ じゃことこまつなのサラダ じゃがいもたまねぎのみそしる	ぎゅうにゅう とうふハンバーグ あぶらあげ みそ いりこだし	こまつな キャベツ ねぎ	にんじん たまねぎ	こめ むぎ さとう でんぷん あぶら ごまあぶら じゃがいも	623 21.2
12	すい				にゅうがくしき 入学式				
13	もく			キャベツのみそいため かきたまじる ミニみかんゼリー	ぎゅうにゅう みそ たまご かまぼこ かつおこんぶだし	ピーマン しょうが たまねぎ えのきたけ	キャベツ にんにく ねぎ	こめ さとう でんぷん あぶら ごまあぶら じゃがいも みかんゼリー	592 22.4
14	きん			いわしのおかか キャベツのごますあえ わかたけしる	ぎゅうにゅう いわし かつおぶし とうふ かまぼこ かつおぶしだし わかめ こんぶだし	もやし キャベツ にんじん ねぎ しいたけ	きゅうり たけのこ	こめ むぎ さとう ごま	543 21.3
17	げつ			1年生給食開始 スパゲティミートソー ツナサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ツナ あつあげ	トマト たまねぎ キャベツ きゅうり	にんじん にんにく	ピーマン あぶら さとう	567 24.9
18	か			たくあんのごまあえ いちごゼリーのフルーツミックス	ぎゅうにゅう ぶたにく	にんじん たまねぎ にんにく しょうが キャベツ たくあんづけ きゅうり パイン もも	リンゴピューレ	こめ むぎ じゃがいも あぶら ごま カクテルゼリー いちごゼリー	640 19.0
19	すい				かんげいえんそく 歓迎遠足				
20	もく			ぶたじる きゅうりのおかかあえ ミニももゼリー	ぎゅうにゅう さけ わかめ とうふ ぶたにく いとかつお いりこだし	にんじん ねぎ だいこん ごぼう しょうが もやし かぼす	きゅうり	こめ ごま じゃがいも こんにゃく さとう ももゼリー あぶら	552 20.7
21	きん			はっぼうとうふ ぎょうざ もやしのナムル	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく かまぼこ ぎょうざ しらすぼし	にんじん たまねぎ しょうが にら もやし	チンゲンサイ キャベツ しいたけ	こめ むぎ でんぷん あぶら さとう ごま ごまあぶら	631 25.0
24	げつ			コールスロー やさいスープ	ぎゅうにゅう フランフルト とりにく	にんじん キャベツ チンゲンサイ たまねぎ しめじ コーン		パン さとう あぶら じゃがいも	546 22.2
25	か			しんじゃがのうまに はるさめのすのもの いっしょくあじつけのり	ぎゅうにゅう とりにく ちぎりあげ わかめ いっしょくあじつけのり	にんじん しいたけ キャベツ きゅうり	たまねぎ いんげん	こめ むぎ じゃがいも こんにゃく さとう あぶら はるさめ ごま ごまあぶら	569 21.2
26	すい			まめのドライカレー コーンとたまごのスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず たまご ベーコン	にんじん たまねぎ しょうが ねぎ コーン	にんにく	パン あぶら じゃがいも でんぷん	545 25.1
27	もく			さかなのあげがらめ サラダたまねぎのあえもの とうふとわかめのみそしる	ぎゅうにゅう ホキ チキンフレイク わかめ いりこだし とうふ あぶらあげ みそ	しょうが たまねぎ きゅうり ねぎ だいこん えのきたけ	にんじん	こめ こむぎこ でんぷん さとう あぶら ごま ノンエッグマヨネーズ	592 28
28	きん			ぶたにくとたけのこのスタミナのため ちりめんナッツ すましじる	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ しらすぼし とうふ かまぼこ かつおこんぶだし	にんじん にら たけのこ にんにく ねぎ たまねぎ えのきたけ		こめ むぎ こんにゃく はるさめ さとう あぶら アーモンド ごま	555 21.1

※献立は都合により変更する場合があります。



学校給食の役割

友だちや先生と一緒に給食を食べるといふ心のふれあいの中で、児童の健康増進、体位の向上をはかろうとするもので、教育の一環として実施されています。



入学・進級 おめでとうございます

新しい季節とともに新学期が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。それぞれ希望に胸をふくらませ、新しい一歩を踏み出しました。朝ごはんをしっかり食べて、元気に登校しましょう。



給食エフロンについて

マイエフロンの持参をお願いします。今年度から、給食当番になった児童はお家から持ってきた自分のエフロンを使用します。忘れないように持ってきてください。