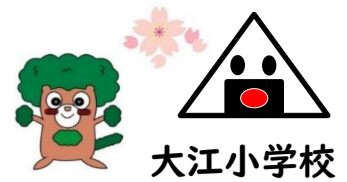




4がつのこんだてひょう



大江小学校

日 曜	献立名	使用する食品名					栄養価 小学校(中) エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
		(赤) おもに体をつくるもの		(緑) おもに体の調子を整えるもの		(黄) おもにエネルギーのもとになるもの	
		おもにたんぱく質 魚・肉・卵・豆・豆製品	おもに無機質 牛乳・小魚・海そう	おもにカロテン 緑黄色野菜	おもにビタミンC その他の野菜・きのこ・果物	おもに炭水化物 穀類・いも類・さとう	
12 火	ミルクパン ぎゅうにゅう ポークビーンズ パインサラダ	2~6年生 給食開始		ぎゅうにゅう		パン	603 23.7
13 水	にゅうがくしき						
14 木	ごはん ぎゅうにゅう はっぼうどうふ ぎょうぎ のりのつくだに		ぎゅうにゅう			こめ でんぶん あぶら あぶら	664 24.3
15 金	しよくパン ぎゅうにゅう はるのクリームスープ ジャーマンポテト	1年生 給食開始		ぎゅうにゅう		パン じゃがいも・さとう あぶら	604 23.8
18 月	ポークカレー ぎゅうにゅう そくせきづけ フルーツミックス		ぶたにく チーズ・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ・にんにく・しょうが・りんごビュレ キャベツ・きゅうり・はりはりづけ パイン・おうとう	こめ・むぎ・じゃがいも ごま いちごゼリー	あぶら 678 19.6
19 火	コッペパン ぎゅうにゅう スパゲティミートソース ツナサラダ こくとうビーンズ		ぎゅうにゅう			パン スパゲッティ あぶら あぶら こくとう	592 25.4
20 水	さけごはん ぎゅうにゅう ぶたじる きゅうりのこんぶあえ ピーチゼリー	ひごまるデー 「きゅうり」 	さけ とうふ・ぶたにく・みそ だしりこ こんぶのつくだに	わかめ ぎゅうにゅう にんじん・ねぎ こんぶのつくだに		こめ・むぎ こんにやく あぶら ごま ももゼリー	あぶら 579 21.2
21 木	ごはん ぎゅうにゅう キャベツのみそいため かきたまじる こざかなのつくだに		ぎゅうにゅう			こめ さとう あぶら・ごまあぶら じゃがいも・でんぶん	602 23.5
22 金	ミルクパン ぎゅうにゅう きびなごフライ にんじんのごまマヨサラダ ワントンスープ		ぎゅうにゅう			パン パンこ あぶら ごま・ノンエッグマヨネーズ ワントンめん	597 25.6
25 月	ぶちまるむぎごはん ぎゅうにゅう じゃがいものうまに こまつなのじゃこあえ あじつけのり		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ じゃがいも・こんにやく・さとう さとう ごまあぶら・あぶら	597 22.6
26 火	まるパン ぎゅうにゅう てりやきとうふハンバーグ コールスロー やさいスープ		ぎゅうにゅう			パン さとう・でんぶん あぶら あぶら あぶら	573 20.7
27 水	むぎごはん ぎゅうにゅう まめのドライカレー コーンとたまごのスープ てづくりみかんゼリー		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ あぶら あぶら さとう	673 24.1
28 木	かんげいえんそく						

※献立・材料・実施の有無は都合により変更することがあります。ご了承ください。

こんげつのきゅうしよくもくひょう

しよくじ
食事のマナーをみにつけよう

あたらしいきょうしつ
新しい教室で、給食がはじまります。食事のマナーをまもって、たのしい給食時間にしましょう。



20日(水) ひごまるデー



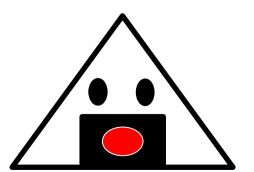
「ひごまるデー」は、熊本市でとれた食材を紹介する給食の日です。

今月は「きゅうり」をしょうかいします。



ごにゅうがく・ごしんきゅう
おめでとうございます

安全でおいしい給食を、心をこめて作ります。どうぞよろしくお願ひします。
給食室より



大江小食育キャラクター
「おにぎりくん」