

# 4がっ こんだてよていひょう

がつ きゅうしよくもくひょう しょくじ  
4月給食目標:食事のマナーを身につけよう。



銭塘・中緑小学校

日	曜	牛乳	主食	献立名	使用する食品名						
					(赤)おもに体をつくるものになる		(緑)おもに体の調子を整えるものになる		(黄)おもにエネルギーのもとになる		
					おもにたんぱく質	おもに無機質	おもにカロテン	おもにビタミンC	おもに炭水化物	おもに脂質	
魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・さとう	油脂						
10	金			じゃがいものケチャップに コーンサラダ りんごジャム	ぶたにく		にんじん・トマト にんじん	たまねぎ・しめじ・にんにく キャベツ・コーン・きゅうり りんごジャム	マカロニ・じゃがいも・さとう さとう		4月最初のメニューは じゃがいもを使った料理 です。4月から、新じゃが 新たまねぎを使います。
14	火			きびなごフライ ぶたにくとキャベツのしおだれいため たまねぎのみそしる	ぶたにく	きびなご チンゲンサイ	キャベツ・もやし・しょうが・にんにく たまねぎ・えのきたけ	さとう			
15	水			セルフバーガー ごぼうのマヨサラダ ミネストローネ	ホキ		にんじん キャベツ・ごぼう・きゅうり	パンこ ことむぎこ	ノンエッグマヨネーズ	セルフバーガーは ホキフライです。	
16	木	<b>かんげいえんそく</b>									
17	金			スパゲティミートソース ツナサラダ	ぶたにく・きゅうりにく・だいず		トマト・にんじん・ピーマン にんじん	たまねぎ・にんにく キャベツ・きゅうり・たまねぎ	スパゲッティ さとう		20日のフルーツミックスは いちごゼリーが入って います。
20	月			ポークカレー じゃこまめサラダ フルーツミックス	ぶたにく だいず	しらすぼし にんじん	たまねぎ・にんにく・しょうが キャベツ・きゅうり	こめ・じゃがいも さとう	ごま		
21	火			しんじゃがのそぼろに もやしのあえもの てづくりふりかけ (ふんまつりこ)	ぶたにく・ちぎりあげ・こうやどうふ いとかつお	にんじん いりこ	たまねぎ・いんげん もやし・きゅうり	じゃがいも・こんにやく・さとう さとう	ごま	小学校ではふりかけも 手づくりします。糸かつおも ごまも、全て乾煎りをして 作ります。	
22	水			セルフドッグ コールスロー コーンとたまごのスープ	フランクフルト		にんじん キャベツ・きゅうり	パン・さとう さとう		22日のセルフドッグは フランクフルトをはさんで 食べます。	
23	木			さかなのたまねぎソース しおこんぶあえ はるさめじる	ホキ しおこんぶ	にんじん にんじん	たまねぎ・にんにく キャベツ	コーンスターチ ことむぎこ・さとう ごま			
24	金			はるキャベツのクリームシチュー ジャーマンポテト ナッツとだいずのりんかけ	とりにく・いんげんまめ ベーコン	チーズ・きゅうりにゅう パセリ	キャベツ・たまねぎ・しめじ・コーン たまねぎ	こめこ じゃがいも	バター あぶら	24日のクリームシチューには 春キャベツが入ります。	
27	月			さけごはん きりぼしだいこんのそくせきづけ ぶたじる ミニピーチゼリー	さけ わかめ				ごま	鮭ごはんは、鮭フレークを ごはんに入れて作ります。 以前は、さくらごはんと呼ばれ 鮭の身のピンク色を桜の 花の色に見立てました。	
28	火			まめのドライカレー うましおスープ なかよしゼリー (りんご)	だいず・ぶたにく とりにく	にんじん にんじん・ねぎ	たまねぎ・レーズン・にんにく・しょうが キャベツ・たまねぎ・にんにく	じゃがいも さとう			
30	木			いわしのおかか サラダたまねぎのあえもの かきたまじる	いわし かつおぶし チキンフレーク		にんじん たまねぎ・きゅうり		ごま・ノンエッグマヨネーズ		

※ 都合により、献立が変更する場合があります。



## ご入学・進級おめでとう。



いよいよ新学期が始まりました。成長期の子どもたちの心と体の健康を支えるため、安心、安全で栄養のバランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思ひます。  
今年度も、銭塘小学校の給食室6人で、中緑小学校分も合わせて作ります。給食の時間が子どもたちにとって楽しい時間になるよう頑張ります。一年間よろしくお願ひいたします。

