

H28 4月 学校給食献立表

九度山町学校給食センター

日	曜日	こんだてめい			おもにねつやちからのもと		おもにからだのちやにく		おもにからだのちようしを		カロリー 小	カロリー 中
		しゅしよく	牛乳	ふくしよく・デザート	になるもの(黄)	になるもの(赤)	ととのえるもの(緑)	小	中			
8	金	ごはん		おやこどんぶり ごぼうのサラダ ごさかなアーモンド	 ごはん	さとう、あぶら ごま ごさかなアーモンド	ぎゅうにゅう、とりにく たまご、かまぼこ	たまねぎ、ねぎ、ごぼう、 きゅうり、にんじん、こまつな	710	875		
11	月	ごはん		わふうハンバーグ きゅうりのこんぶづけ すましじる	 ごはん	さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう、ハンバーグ ちりめん、しおこんぶ、 わかめ、かまぼこ、とうふ	きゅうり、ねぎ	647	800		
12	火	よもぎパン		エビグラタン フライビーンズ コンソメスープ	 よもぎパン	かたくりこ あぶら、さとう	ぎゅうにゅう、だいず エビグラタン、ベーコン	たまねぎ、キャベツ、セロリ にんにく、パセリ	694	780		
13	水	ごはん		さけのしおやき しらあえ みそしる	 ごはん	こんにやく さとう、ごま じゃがいも	ぎゅうにゅう、さけ、 とうふ、あぶらあげ、 わかめ	ほうれんそう、にんじん、 たまねぎ、ねぎ	618	761		
14	木	コッペパン		とりにくのレモンソース かいそうサラダ フルーツしらたま	 コッペパン	かたくりこ、あぶら さとう、ごまあぶら かんでん、しらたま	ぎゅうにゅう、とりにく、 わかめ、ちりめん	だいこん、にんじん、いちご、 みかん、パインアップル、 もも	771	938		
15	金	ごはん		さばのみそに けんちんじる オレンジ	 ごはん	こんにやく さといも	ぎゅうにゅう、さばのみそに あつあげ	だいこん、ごぼう、にんじん ねぎ、オレンジ	646	804		
18	月	むぎごはん		カレーライス ピーナッツあえ おいわいゼリー	 むぎごはん	じゃがいも ピーナッツ さとう、ゼリー	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ぎゅうにく	たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、こまつな、 キャベツ	680	840		
19	火	コッペパン		ホキのチリソース もずくスープ ヨーグルト	 コッペパン	かたくりこ あぶら、さとう	ぎゅうにゅう、ホキ、 もずく、とりにく、とうふ ヨーグルト	しょうが、はくさい、ねぎ	683	802		
20	水	ごはん		ぐだくさんたまごやき こうやどうふとたけのこのにもの いちご	 ごはん	さとう	ぎゅうにゅう、とりにく、 ぐだくさんたまごやき こうやどうふ、あぶらあげ	たけのこ、たまねぎ、にんじん いちご	654	799		
21	木	コッペパン		キャベツいりクリームシチュー グリーンサラダ	 コッペパン	じゃがいも	ぎゅうにゅう、ぶたにく スキムミルク	たまねぎ、キャベツ、にんじん しめじ、パセリ、アスパラガス きゅうり、ブロッコリー、コーン	657	789		
22	金	ごはん		だいずいりつくねやき ゆかりあえ こまつなのみそしる	 ごはん	さとう	ぎゅうにゅう、とりにく、 だいず、たまご、とうふ、 あぶらあげ、わかめ	しょうが、たまねぎ、ねぎ、 キャベツ、ゆかり、こまつな にんじん	694	858		
25	月	ごはん		いかのかりんあげ とさあえ あさりのみそしる	 ごはん	かたくりこ あぶら、さとう ごま、こんにやく あぶら	ぎゅうにゅう、いか、 かつおぶし、あさり、 とうふ、あぶらあげ	キャベツ、にんじん、 えのきたけ、ねぎ	694	858		
26	火	コッペパン		オムレツ ブロッコリーとコーンのサラダ キャベツとウインナーのスープ	 コッペパン	あぶら	ぎゅうにゅう、オムレツ ウインナー	ブロッコリー、コーン、 キャベツ、にんじん、セロリ、 にんにく、	620	716		
27	水	ごはん		いわしのかばやきふう ごまあえ キャベツのみそしる	 ごはん	かたくりこ あぶら、さとう ごま	ぎゅうにゅう、いわし、 あぶらあげ	こまつな、もやし、キャベツ にんじん、たまねぎ、ねぎ	704	853		
28	木	カットパン		ポイルソーセージ&キャベツ クリームスープ、ケチャップ(効) トマト&マスタード(小中)	 カットパン	じゃがいも バター	ぎゅうにゅう、ソーセージ えび、ベーコン、 スキムミルク	キャベツ、コーン、たまねぎ、 にんじん、パセリ	718	859		

こんだてだより

材料等の都合により献立内容が変更することがあります。ご了承下さい。
*おはしは毎日持ってきて下さい。

入学・進級おめでとうございます！

18日 入学・進級をお祝いしてデザートを実施します。
20日 具だくさん卵焼きには、にんじん、とうふ、もずく、こまつな、さくらえびが入っています。

給食時間のすごし方 準備編

給食当番の人

●身じたくを整える

- 髪がでていませんか？
- 爪はのびていませんか？
- 下痢をしていますがいませんか？



●食器や食缶を協力して運ぶ.....

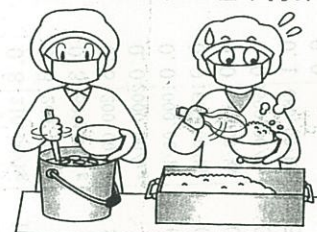
●熱いもの、重いものは2人で持ちましょう

●床に直接、食器や食缶を置かないで



●1人分ずつ丁寧に盛り付ける

●多過ぎたり少な過ぎたりしないように



●汁物は底からよくかき混ぜて盛りましょう

全員

●せっけんで手をきれいに洗い、清潔なハンカチでふく



●安全や衛生に気をつけて、協力して準備をしましょう。

●1年間よろしくお願ひします！

愛情たっぷり

