



令和3年(2021年) 4月 学校給食献立表 

九度山町学校給食センター

※すべての日に牛乳  がつきます。

| 日 | 曜日 | こんだてめい | ざいりょうめい  | | | | エネルギー (kcal) |
|----|----|------------------|---|----------------------------------|----------------------|------------------------------------|--------------|
| | | | おもにからだのちやにくになるもの (赤) | おもにからだのちょうしをととのえるもの (緑) | おもにねつやちからのもとなるもの (黄) | ちょうみりょう | |
| 8 | 木 | よもぎパン | | | よもぎパン | 683 | |
| | | クリームシチュー | とりにく,ぎゅうにゅう,スキムミルク,こなチーズ | たまねぎ,にんじん,しめじ,まいたけ | じゃがいも | クリームシチュー,スープストック,こしょう | 790 |
| 9 | 金 | わふうマカロニサラダ | ハム | キャベツ,きゅうり,にんじん | マカロニ | 667 | |
| | | ごはん | | | ごはん | かたくりこ,あぶら | 832 |
| 12 | 月 | あげししゃも | ししゃも | | ごま,さとう | 619 | |
| | | ごはん | | | ごはん | さとう | 741 |
| 13 | 火 | とんじる | ぶたにく,とうふ,あぶらあげ | だいこん,ごぼう,こんにやく,にんじん,ねぎ | | 721 | |
| | | コッペパン | | | コッペパン | さけ,しお,こしょう | 862 |
| 14 | 水 | とりにくのガーリックやき | とりにく | にんにく | | 644 | |
| | | すのもの | ちくわ,わかめ | きゅうり | さとう | しょうゆ,さけ,みりん | 768 |
| 15 | 木 | あさりのチャウダー | あさり,ぎゅうにゅう,ベーコン,スキムミルク | たまねぎ,にんじん,パセリ | じゃがいも,バター | 683 | |
| | | ごはん | | | ごはん | しょうゆ,さけ,みりん | 812 |
| 16 | 金 | てづくりハンバーグ | ぎゅうにく,ぶたにく,とりにく,たまご,ぎゅうにゅう | たまねぎ | パンこ | 688 | |
| | | フルーツヨーグルト | ヨーグルト | パイ,みかん,もも,バナナ | さとう | しょうゆ,さけ,ちゅうかスープ,しお,こしょう | 828 |
| 19 | 月 | ごはん | | | ごはん | 701 | |
| | | はっぼうさい | ぶたにく,いか,えび,うずらたまご | はくさい,たまねぎ,たけのこ,にんじん,しいたけ,ねぎ,しょうが | かたくりこ,さとう,ごまあぶら | しょうゆ,さけ,ちゅうかスープ,しお,こしょう | 862 |
| 20 | 火 | あげシュウマイ | シュウマイ | | あぶら | 710 | |
| | | とりにくのレモンソース | とりにく | レモンかじゅう | かたくりこ,あぶら,さとう | しょうゆ,さけ,しお | 851 |
| 21 | 水 | ひじきナムル | ひじき | もやし,こまつな,にんじん | ごまあぶら,さとう | しょうゆ | 601 |
| | | はるさめスープ | | はくさい,たまねぎ,にんじん,ら,しいたけ,しょうが | はるさめ | しょうゆ,ちゅうかスープ,さけ,しお | 724 |
| 22 | 木 | みそしる | あぶらあげ,わかめ | たまねぎ,にんじん,ねぎ | じゃがいも | 633 | |
| | | げんりょうパン | | | コッペパン | しお | 737 |
| 23 | 金 | スパゲティーミートソース | ぎゅうにく,とりにく,こなチーズ | たまねぎ,にんじん,セロリ,にんにく,しょうが,トマト | スパゲティー,オリーブオイル | 630 | |
| | | はるやさいのサラダ | | キャベツ,アスパラガス,にんじん | オリーブオイル,さとう | ケチャップ,デミグラスソース,ソース,スープストック,しお,こしょう | 786 |
| 26 | 月 | ごはん | | | ごはん | 656 | |
| | | ちくわのいそべあげ | ちくわ,あおりの | はくさい,ほうれんそう | さとう | しょうゆ | 796 |
| 27 | 火 | おかかあえ | かつおぶし | たまねぎ,こんにやく,にんじん | じゃがいも | 617 | |
| | | とうにゅうスープ | ぶたにく,とうにゅう | たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ | さとう | しょうゆ,みりん,さけ,わふうだし | 735 |
| 28 | 水 | おやかどん | とりにく,たまご,かまぼこ | たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ | ごま,あぶら,さとう | 674 | |
| | | ごぼうサラダ | ハム | キャベツ,ごぼう,ほうれんそう | ごま,あぶら,さとう | しょうゆ,す,しお,こしょう | 860 |
| 30 | 金 | カットパン | | | コッペパン | 701 | |
| | | フルーツクリーム | なまクリーム | パイ,みかん,もも | ホイップクリーム,さとう | しょうゆ,みりん,さけ,わふうだし | 836 |
| 30 | 金 | ポトフ | ウィンナー | たまねぎ,キャベツ,にんじん,セロリ | じゃがいも | 617 | |
| | | ごはん | | | ごはん | あぶら | 734 |
| 30 | 金 | チーズはんぺんフライ | チーズはんぺんフライ | | | 630 | |
| | | ちゅうかサラダ | ハム | キャベツ,もやし,きゅうり,にんじん | はるさめ,さとう,ごま,ごまあぶら | しょうゆ,す | 836 |
| 30 | 金 | こうやとうふとたけのこのにももの | とりにく,こうやとうふ,あぶらあげ | たけのこ,たまねぎ,うすいえんどう | さとう | 734 | |
| | | にんじんしりしり | ツナ | にんじん,レモンかじゅう | ごま,さとう,ごまあぶら | しょうゆ | 860 |
| 30 | 金 | にくそぼろごはん | ぎゅうにく,ぶたにく | たまねぎ,にんじん,いんげん,しょうが | さとう | 701 | |
| | | オレンジ | | | さとう | しょうゆ,みりん,さけ,わふうだし | 836 |

※材料等の都合により献立内容を変更することがあります。ご了承ください。

※スプーンマーク  の日にはスプーンがつきます。スプーンは献立にあわせてつけています。



給食だより

れいわ ねん がつ
令和3年 4月

くどやまちょうがっこうきゅうしよく
九度山町学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます



春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生のみなさんは期待と不安で緊張の毎日でしょうか。給食の時間が少しでも楽しみになるといいなと思っています。今年度も引き続き衛生管理を徹底し、心を込めて安心安全でおいしい給食作りに努めていきます。1年間よろしくお願いたします。

学校給食の役割

栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健康の保持増進・体位の向上を図ります。



給食時間における準備から片付けの実践活動を通し、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けます。



給食に地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。



給食当番は身支度をしっかり整えましょう



給食には季節ごとにいろいろな野菜が出ます。苦手なものもあって当たり前！少しずつチャレンジしてほしいと思います。まずは野菜クイズに挑戦だ！

食べているのはどど？クイズ

5つのグループにわけた野菜やいもの絵があります。それぞれ、葉・花・くき・実・根のうち、どの部分なのかを考えて [] に書きましょう。

① [] を食べる

② [] を食べる

③ [] を食べる

⑤ [] を食べる

④ [] を食べる

こたえ

① [葉] を食べる ② [花(つぼみ)] を食べる ③ [実] を食べる
④ [くき] を食べる (りんこん、しいも、じゃがいもは、地下のくきの部分)
⑤ [根] を食べる (かぶと大根は、一部くきの部分)