



きゅうしょくは たのしいよ!

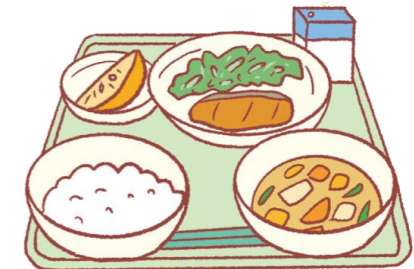


入学・進級おめでとうございます！
 新1年生や新しい学年になったみなさん！
 期待と不安を胸に抱いていることでしょう。
 そんな子どもたちを応援し、心と身体の健やかな成長を支えていくために、
 本年度も、「栄養バランスよく、安全安心でおいしい給食」を
 給食室の調理員さんみんなで力を合わせて届けていきたいと思えます。
 今年度もよろしくお願ひいたします！

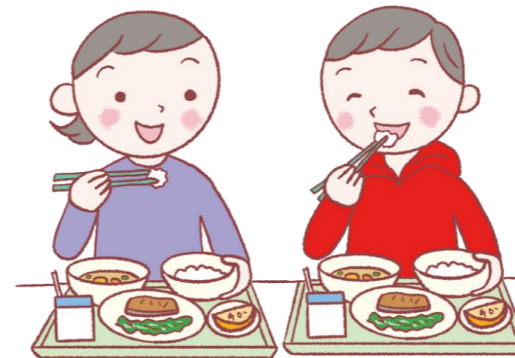
みんなでじゅんび



まだ^た食べたことない



みんなで^た食べる



おいしいもの^{であ}と出会える

1ねんせいの給食は、
 4月16日(木)から
 始まります。

日 曜	献立名		お も な 材 料		
			血や筋肉や骨となるもの	からだの調子をよくなるもの	熱や力になるもの
23 / 木	コッペパン	牛乳	たまご スキムミルク 牛乳		こむぎこ さとう バター
	じゃがいものトマトスープ		ウインナーソーセージ	トマト トマトジュース たまねぎ きゃべつ にんじん パセリ にんにく	じゃがいも こめあぶら
	ちくわのマヨネーズパンこやき		やきちくわ	パセリ	パンこ マヨネーズ(ノンエッグ)
	バナナ			バナナ りんごかじゅう	
エネルギー(585kcal)たんぱく質(21.8g)脂質(20.3g)食塩相当量(3.3g)					
24 / 金	ごはん	牛乳	牛乳		せいはいまい
	マーボーどうふ		とうふ ぶたにく とりにく あかみそ	ながねぎ ピーマン しょうが にんにく	さとう でんぶん こめあぶら ごまあぶら
	はくさいのしおこんぶいため		こんぶ ゼラチン	はくさい にんじん	ごまあぶら
	オレンジ			オレンジ	
エネルギー(634kcal)たんぱく質(27.5g)脂質(21.3g)食塩相当量(2.1g)					
27 / 月	げんりょうごはん	牛乳	牛乳		せいはいまい
	しおラーメン		ぶたにく やきのし	たまねぎ にんじん こまつな ながねぎ	ちゅうかめん ごまあぶら
	いかとだいずのごまがらめ		アメリカオオアカイカ だいず	グリーンピース	でんぶん だいずあぶら しろごま さとう
	ミニトマト			ミニトマト	
エネルギー(601kcal)たんぱく質(23.9g)脂質(17.5g)食塩相当量(3.0g)					
28 / 火	コッペパン	牛乳	たまご スキムミルク 牛乳		こむぎこ さとう バター
	おきなわもずくとたまごのスープ		おきなわもずく とうふ たまご	にんじん たけのこ ながねぎ	でんぶん
	【ベジブラ!】カレージャーマンポテト		ウインナーソーセージ	たまねぎ にんにく	じゃがいも だいずあぶら バター
	りんご			りんご	
ブルーベリージャム			ブルーベリー	さとう みずあめ	
エネルギー(544kcal)たんぱく質(19.6g)脂質(18.7g)食塩相当量(2.9g)					
30 / 木	コッペパン	牛乳	たまご スキムミルク 牛乳		こむぎこ さとう バター
	にんじんポタージュ		牛乳 スキムミルク クリーム	にんじん たまねぎ パセリ	バター こむぎこ こめあぶら
	とりのからあげ		とりにく	しょうが にんにく	でんぶん だいずあぶら
	きゃべつとえのきのバターしょうゆソテー			きゃべつ えのきだけ	バター
エネルギー(683kcal)たんぱく質(26.0g)脂質(30.8g)食塩相当量(3.0g)					

※ 学校行事や物資納入の都合による献立の変更はご了承下さい。

月 平 均 栄 養 価	エネルギー Kcal	たん ぱく質 g	脂質 g	カル シウム mg	鉄 mg	食 塩 相当量 g	ビ タ ミ ン				食物繊維 g
							A μgRA	B1 mg	B2 mg	C mg	
	605	22.6	20.4	355	2.4	2.4	238	0.33	0.51	32	6.4