

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。



学校給食の栄養基準量	E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
小学校	650	21.1~32.5	14.4~21.7
中学校	830	18.4~41.5	18.4~27.7

こ ん だ て	<p><b>*今月の欠食*</b></p> <p>神原小学校 ・7日：全校欠食 ・1年生10~14日欠食</p> <p>神原中学校 ・1年欠食</p>	<p>入学・進級 おめでとうございます</p> <p>色とりどりの花が春の日差しを受けて咲き誇る中、新学期がスタートしました。新しい学年で気持ちもワクワクしていることでしょう。日々成長する子どもたち。おいしい給食づくりで神原センターからもみなさんの成長を応援</p>	<p><b>*4月*</b></p> <p>給食目標</p> <p>食品の名前や働きを知ろう</p> <p>給食の準備・片付けを手早くしよう</p>	<p>7(金) 中2、3年のみ</p> <p>バンサンスー  牛乳 </p> <p>ショーロンポー </p> <p>むぎごはん  マーボー豆腐 </p> <p>中学2、3年生から令和5年度新学期スタートです♪</p>
	小学校 中学校	E 817 P 31.9 F 25.3		

こ ん だ て	<p>10(月)</p> <p>お祝いデザート(小) </p> <p>きよみ  みかん(中) </p> <p>さっぱりサラダ </p> <p>むぎごはん  ハヤシライス </p>	<p>11(火) 中1 給食開始</p> <p>お祝いデザート(中) </p> <p>きよみ  みかん(小) </p> <p>千切りイリチー </p> <p>黒米ゆかりごはん  中身汁 </p>	<p>12(水)</p> <p>チーズおから </p> <p>あみパン  はるのポトフ </p>	<p>13(木)</p> <p>えだまめサラダ </p> <p>魚のてりやきソースがけ </p> <p>きびごはん  じゃがいものみそ汁 </p>	<p>14(金)</p> <p>ひじき炒め  牛乳 </p> <p>コロッケ </p> <p>むぎごはん  けんちん汁 </p>
小学校 中学校	<p>神原小2~6年生の給食が始まります♪</p> <p>E 766 P 25.2 F 22.2 E 802 P 27.6 F 20.2</p>	<p>神原中全学年で食べるのでお祝い献立としました!</p> <p>E 576 P 25.2 F 16.1 E 752 P 29.9 F 22.8</p>	<p>ポトフの中の春を見つけよう!</p> <p>E 527 P 23.6 F 18.9 E 596 P 26.6 F 21.1</p>	<p>さばは頭の働きをよくします。今年度も勉強がんばろ</p> <p>E 678 P 33.7 F 24.1 E 734 P 32.5 F 21.7</p>	<p>忙しい新学期の週末は和食がホッとしますね。</p> <p>E 653 P 22.2 F 20.3 E 802 P 26.1 F 24.3</p>
こ ん だ て	<p>17(月) 小1 給食開始</p> <p>お祝いデザート(小1のみ) </p> <p>りんご(小1以外)  コールスローサラダ </p> <p>きびごはん  チキンカレー </p>	<p>18(火)</p> <p>にんじんシリシリ  牛乳 </p> <p>手作りふりかけ </p> <p>むぎごはん  さつま汁 </p>	<p>19(水)</p> <p>くるまふのナゲット </p> <p>ミートソース  スパゲッティ </p> <p>フルーツ  ヨーグルト </p>	<p>20(木) 第三木曜は琉球料理の</p> <p>三月菓子(小) </p> <p>ナッツと魚(中) </p> <p>デークニイリチー </p> <p>むぎごはん  アーサ汁 </p>	<p>21(金)</p> <p>三月菓子(中) </p> <p>ナッツと魚(小) </p> <p>焼きししゃも </p> <p>わかめごはん  じゃがいものそばろ煮 </p>
小学校 中学校	<p>小学1年生の食べやすいものから給食スタートです♪</p> <p>E 756 P 21.3 F 24.5 E 893 P 24.5 F 28.0</p>	<p>手作りのふりかけには小魚がたっぷり入っています!</p> <p>E 594 P 24.1 F 16.1 E 705 P 27.8 F 18.0</p>	<p>フルーツとヨーグルトの相性ばつぐん!</p> <p>E 558 P 23.5 F 17.4 E 654 P 28.2 F 19.9</p>	<p>デークニって何のお野菜か知っていますか??</p> <p>E 678 P 25.2 F 18.6 E 642 P 28.3 F 15.1</p>	<p>4/22は浜下りです。そのため三月菓子を作りました!</p> <p>E 606 P 25.4 F 17.8 E 871 P 29.1 F 24.5</p>
こ ん だ て	<p>24(月)</p> <p>パン </p> <p>タコライス(むぎごはん)  ワンタンスープ </p>	<p>25(火)</p> <p>マーミナーチャンプルー </p> <p>ツナ入り油みそ </p> <p>きびごはん  かしわ汁 </p>	<p>26(水)</p> <p>チーズ </p> <p>キャベツソーテー </p> <p>黒糖パン  はくさいのクリーム煮 </p>	<p>27(木)</p> <p>はるまき </p> <p>チャーハン  バンバンジーサラダ </p>	<p>28(金)</p> <p>いんげんのゴマよごし </p> <p>魚の西京焼き </p> <p>きびごはん  肉団子スープ </p>
小学校 中学校	<p>月曜は給食がおいしいと嬉しいね!</p> <p>E 671 P 26.0 F 22.3 E 796 P 30.5 F 25.4</p>	<p>マーミナーは白くて細長い野菜です。なーんだ?</p> <p>E 620 P 25.4 F 18.7 E 734 P 29.2 F 20.9</p>	<p>キャベツがきれいでおいしい季節ですね。</p> <p>E 643 P 23.6 F 25.5 E 726 P 26.1 F 28.2</p>	<p>春の食材を巻くから春巻きという名前です♪</p> <p>E 657 P 20.4 F 24.7 E 792 P 23.2 F 30.8</p>	<p>西京(さいきょう)と読みます♪強そうです!</p> <p>E 568 P 25.4 F 15.6 E 677 P 29.8 F 17.3</p>

がっこうきゅうしよく 心を込めてつくります。

<p><b>が</b> がんばりのきく体を つくるために</p>	<p><b>つ</b> 栄養の バランスを 考え</p>	<p><b>こ</b> こめて ころを</p>	<p><b>う</b> でのよい 給食スタッフ が</p>
<p><b>き</b> 野菜や果物を 切つて</p>	<p><b>ゆ</b> げの たつ釜を まぜ</p>	<p><b>し</b> (心身)ともに 健康であるよう</p>	<p><b>く</b> ろうして つくった給食は 残さず食べてね。</p>
<p><b>ま</b> げの たつ釜を まぜ</p>	<p><b>う</b> んどうに 勉強に</p>	<p><b>よ</b> りよい 給食を提供 します。</p>	<p><b>く</b> ろうして つくった給食は 残さず食べてね。</p>

神原給食センターの紹介

配送先: 神原小学校  
神原中学校

食数: 約750食  
職員: 栄養士1人  
調理員6人

今年度も安全安心な給食づくりに取り組んでまいります。心をこめたおいしい給食を作りますので、たくさん食べてくださいね!

**給食のやくそくを まもろう**

- ★手をあらおう
- ★熱いもの、重いものは 1人で持たない
- ★ともだちとなかよく 気持ちよく食べる
- ★もりつけた給食は のこさず食べる
- ★かえし方をきちんとする

