

平成28年 4月の予定献立表



食品群	体内でのたはらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

城岳学校給食センター
電話番号 098-917-3482

学校給食 栄養基準		C=エネルギー	P=タンパク	F=脂質
	小学	640 kcal	24.0 g	19.6 g
	中学			

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

ご入学・進級おめでとうございます！

城岳小・天妃小のみなさん、ご入学・進級おめでとうございます。
1年生のみなさんにとっては、初めての学校給食ですね。楽しみにしていますか？ 給食はおいしくて栄養満点で、みなさんの元気な学校生活をささえてくれます。皆さん、昨年度より少しでも苦手なものを食べてみたり、食品名を覚えてみたり、感謝の気持ちをもって食べてみましょう。
今年度も子どもたちの健康と笑顔のため、安心安全な給食の提供に努めます。

8(金) 浜下り

タマゴのウサチ
うむくじてんばら
牛乳
くらまいごはん
イナムドモチ

牛乳、ぶたにく、かまぼこ、みそ
こめ、黒米、ごま、ごま油、さとう
べにいも、じゃがいも、でん粉、かつお油
だいこん、しいたけ、こんにやく、かつお
きゅうり、にんじん
C 650 P 22.5 F 16.9

	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
こ ん だ て					
あ か	牛乳、とりにく、とりレバー 白花豆、白いんげん豆	牛乳、スキムミルク、とりにく、ぶたにく ハム	牛乳、とりにく、ぶたにく	牛乳、いとよりだい、たまご、チキアギ とうふ、いんげんまめ、しろはなまめ	牛乳、わかめ、うすあげ、みそ きびご
き	こめ、むぎ、さとう、じゃがいも、かつお油 こむぎこ、マーガリン、ラード	こむぎこ、さとう、ショートニング じゃがいも、パン粉、でん粉、かつお油 ラード、ごま	こめ、むぎ、はるさめ、ごま油、でん粉 かつお油、さつまいも、さとう	こめ、むぎ、でん粉、みずあめ、さとう かつお油、もちごめ粉、アーモンド	こめ、きび、じゃがいも、でん粉 こむぎこ、かつお油、さとう
み ど り	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく ブルーコン、もも、みかん、パイン アセロラ、かつお	たまねぎ、セロリ、パセリ、トマト、 しめじ、マッシュルーム、にんにく ごぼう、にんじん、きゅうり	リンゴ、にんじん、しいたけ、たまねぎ ピーマン、黄ピーマン、赤ピーマン、しょうが にんにく、ニューサマーオレンジ	にんじん、ねぎ、こまつな、からしな グリーンピース	こまつな、たまねぎ、にんじん、黄ピーマン 赤ピーマン、りんご
小 学 校	C 679 P 21.5 F 15.1	C 609 P 25.4 F 24.4	C 665 P 20.9 F 16.3	C 652 P 26.3 F 14.4	C 645 P 27.7 F 14.8
こ ん だ て	18(月) <small>かみかみ献立</small> 	19(火) 	20(水) 	21(木) 	22(金)
あ か	牛乳、ひよこまめ、レンズ豆、えんどう いんげんまめ、小豆、大豆、ツナ チキアギ、いわし	牛乳、ひじき、あぶらあげ、とりにく だいず、いとけずり、ちくわ、生クリーム スキムミルク	牛乳、とうふ、たまご、ぶたにく、あずき	牛乳、ぎゅうにく、とりにく、いとけずり	牛乳、とうふ、ぶたにく、あぶらあげ かまぼこ、さば、みそ
き	こめ、げんまい、おし麦、赤米、黒米 もち麦、さといも、ごま油、かつお油 さとう、でん粉、こくとう	こめ、むぎ、かつお油、ごま、ノーマグマチーズ さとう	こめ、むぎ、でん粉、みそ、かつお油、さとう マーガリン、こむぎこ、ラード、大豆油	かつお油、さとう、こめ、むぎ	こめ、かつお油、さとう、ごま
み ど り	にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ、にら こんにやく、パパイア、うめ、しそ	うめ、にんじん、たけのこ、こまつな もやし、しめじ、甘夏、夏鈴	コン、ねぎ、しょうが、にんにくのめ にんじん、ごぼう	こんにやく、にんじん、たまねぎ、長ねぎ しいたけ、いんげん、しょうが、 かつお、きゅうり、かんでん、オレンジ	しそ、ねぎ、だいこん、にんじん、しいたけ グリーンピース
小 学 校	C 689 P 30.0 F 21.5	C 631 P 24.1 F 20.2	C 607 P 19.7 F 15.7	C 556 P 25.6 F 12.1	C 652 P 33.3 F 20.3
こ ん だ て	25(月) 	26(火) 	27(水) 	28(木) 	<h2 style="font-size: 2em;">昭和の日</h2>
あ か	牛乳、ぶたにく、大豆、みそ、たまご ペコ、だいず	牛乳、ぶたにく、こんが、あつあげ、みそ ちくわ、糸けずり、しらす、もずく、のり	牛乳、スキムミルク、ペコ、とうにゅう 白花豆、白いんげん豆、ほき、ひよこ豆 えんどう、赤いんげん豆、チーズ	牛乳、アーサ、とうふ、こんが、ぶたにく あぶらあげ、たまご	
き	ラーメン(小麦粉)、かつお油、さとう、ごま ごま油、でん粉、さつまいも、みずあめ こくとう	こめ、むぎ、さとう、かつお油	こむぎこ、さとう、ショートニング かつお油、パン粉、でん粉	こめ、むぎ、さとう、かつお油、こむぎこ コーンスターチ、こくとう	
み ど り	にんにく、にんじん、たまねぎ、たけの こ、トマト、チンゲン菜	だいこん、こんにやく、にんじん、パパイア いんげん、はくさい、ねぎ、しょうが	かぼちゃ、たまねぎ、にんにく、コーン ブロッコリー、カリフラワー	だいこん、にんじん、こんにやく しょうが	
小 学 校	C 714 P 30.4 F 23.9	C 591 P 25.1 F 13.3	C 670 P 28.3 F 23.6	C 736 P 26.2 F 22.0	

欠食予定

28日 天妃小
遠足のため欠食

がっこうきゅうしよく 心を込めてつくります。

か がんばりの
きく体を
つくるために

え 栄養の
バランスを
考え

こ こころを
こころを

え でのよい
給食スタッフ
が

き 野菜や果物
を切って

ゆ たまごの
まぜ

え 勉強に
がんばる

し (心身)ともに
健康であるよう

よ 給食を
提供

く つくった給食
をすすんで
食べる

♪1年生の給食開始日程♪

天妃小学校

- ・4/11(月)・・・牛乳スタート
- ・4/18(月)・・・完全給食スタート

城岳小学校

- ・4/19(火)・・・牛乳スタート
- ・5/6(金)・・・完全給食スタート

生まれて初めての学校給食。
どきどきわくわく…
毎日色んなメニューが
登場します。
どれも栄養たっぷりで
とってもおいしいので、
楽しみにしてくださいね！