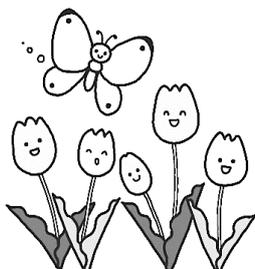




4月 給食だよ

☀️ 早ね・早おき・朝ごはん ☀️

令和3年 須田共同調理場

月	火	水	木	金
日 予定など こんだて	※天候等により、 献立内容を変更 することがあり ます。 ご了承ください。	7 加茂西小、須田小2-6年、 須田中 給食開始 ごはん 沢煮椀 キャベツと厚揚げのみそ炒め アーモンド小魚 牛乳	8 須田小1年給食開始 黒糖パン あさりのチャウダー ローストチキン キャベツサラダ お祝いいちごゼリー 牛乳	9 ごはん ポークカレー チーズ入り福神漬けあえ 牛乳
赤 体をつくる		豚肉 かまぼこ 厚揚げ かたくちいわし 牛乳	あさり パーコン 鶏肉 牛乳	豚肉 チーズ 牛乳
黄 体をうごかす		ごはん 春雨 米油 ごま油 砂糖 片栗粉 アーモンド	コッペパン ジャがいも 米油 ルウ 砂糖 ゼリー	ごはん ジャがいも 米油 ごま ルウ ごま油
緑 体の調子をとのえる		たけのこ にんじん ごぼう 長ねぎ	にんじん 玉ねぎ キャベツ	にんじん 玉ねぎ キャベツ 大根 きゅうり しょうが にんにく なす れんこん りんご
小 エネルギー/たんぱく質		えのきたけ しょうが にんにく キャベツ 小 598kcal/23.8g 中 764kcal/29.4g	きゅうり コーン 小 708kcal/27.0g 中 948kcal/34.8g	小 644kcal/21.7g 中 827kcal/26.8g
12 ごはん マーボー丼の具 春色サラダ 清見オレンジ 牛乳	13 ソフトめん ミートソース 切干大根のツナサラダ 牛乳	14 ごはん ジャがいものみそ汁 鮭の塩焼き 五目きんぴら 牛乳	15 背割りコッペパン 春野菜と肉団子のポトフ みかんともものクリームあえ 牛乳	16 茎わかめごはん 豚汁 かぼちゃひき肉フライ 塩昆布づけ 牛乳
豆腐 豚肉 牛乳	豚肉 大豆 チーズ ツナ 牛乳	鮭 さつまいも 牛乳	鶏肉 豚肉 生クリーム 牛乳	わかめ 豚肉 豆腐 昆布 牛乳
ごはん 米油 砂糖 ごま油 片栗粉 ノリ マネー	ソフトめん 米油 砂糖 ごま ルウ	ごはん ジャがいも 米油 砂糖	コッペパン ジャがいも 砂糖	ごはん ジャがいも 米油 ごま
にんじん もやし 長ねぎ たけのこ ら しんじょう キャベツ しょうが にんにく コーン きゅうり きよみ	にんじん 玉ねぎ もやし 切干大根 にんにく しょうが セロリ 小松菜	にんじん 玉ねぎ しめじ 小松菜 長ねぎ ごぼう たけのこ こんにゃく	キャベツ にんじん しめじ 玉ねぎ セロリ みかん もも	ごぼう にんじん 長ねぎ こんにゃく 大根 キャベツ きゅうり かぼちゃ
小 602kcal/21.9g 中 769kcal/26.9g	小 702kcal/29.9g 中 895kcal/37.5g	小 594kcal/25.1g 中 762kcal/30.9g	小 600kcal/21.4g 中 807kcal/27.6g	小 601kcal/19.5g 中 786kcal/23.8g
19 食育の日 ごはん ハヤシライスソース アーモンド入りサラダ アルビ牛乳	20 ゆでうどん 五目汁 もち入りいなり ごま酢あえ 牛乳	21 ごはん 春雨スープ たらとポテトのオーソリス きざみ漬け 牛乳	22 須田中3年給食なし 横割り丸パン ミネストローネ ハンバーグチップス エリンギと青菜のソテー 牛乳	23 須田中3年給食なし ごはん 青菜のみそ汁 ツナそぼろ丼の具 レアチーズ風デザート 牛乳
豚肉 生クリーム 牛乳	鶏肉 かまぼこ 油揚げ 牛乳	豚肉 たら 牛乳	ベーコン 鶏肉 豚肉 牛乳	油揚げ 豆腐 豚肉 ツナ チーズ 牛乳
ごはん ジャがいも 米油 アーモンド ルウ	ゆでうどん もち 砂糖 ごま	ごはん 春雨 片栗粉 ジャがいも 米油 ノリ マネー ごま	丸パン ジャがいも マカロニ 米油 砂糖	ごはん ジャがいも 米油 砂糖
にんじん 玉ねぎ マヨネーズ キャベツ きゅうり コーン しょうが にんにく	にんじん 白菜 玉ねぎ 長ねぎ しいたけ 小松菜 キャベツ もやし ほうれん草	もやし にんじん 長ねぎ キャベツ チンゲン菜 きゅうり たくあん	キャベツ 玉ねぎ にんじん セロリ トマト エリンギ 小松菜 もやし コーン	にんじん 小松菜 しめじ 長ねぎ 切干大根 玉ねぎ グリルチーズ
小 646kcal/21.2g 中 829kcal/25.8g	小 657kcal/24.4g 中 833kcal/30.1g	小 603kcal/23.9g 中 776kcal/29.8g	小 608kcal/24.3g 中 817kcal/31.3g	小 682kcal/27.1g 中 878kcal/33.5g
26 ごはん わかめスープ ピピンバの具 河内晩柑(ユース・ルツ) 牛乳	27 中華めん しょうゆラーメンスープ ポークしゅうまい 中華あえ 牛乳	28 ごはん けんちん汁 さばのみそ煮 おかかあえ 牛乳	29 昭和の日 	30 ごはん 若竹のみそ汁 肉団子 わらび入り即席漬け かしわもち 牛乳
わかめ 豆腐 かまぼこ パーコン 豚肉 牛乳	豚肉 なたご わかめ しゅうまい 牛乳	鶏肉 豆腐 さば かつお節 牛乳		鶏肉 豚肉 豆腐 油揚げ わかめ 昆布 牛乳
ごはん 米油 ごま油 砂糖 ごま	中華めん 米油 ごま油 砂糖	ごはん 米油 ごま油 砂糖		ごはん ごま かしわもち
にんじん 玉ねぎ ぜんまい もやし ほうれん草 コーン しょうが にんにく 河内晩柑(ユース・ルツ)	にんじん もやし たら 長ねぎ しょうが にんにく メンマ コーン きゅうり キャベツ	大根 にんじん 長ねぎ えのきたけ しめじ ごぼう しょうが キャベツ 小松菜 もやし こんにゃく		たけのこ にんじん きゅうり わらび たくあん キャベツ えのきたけ
小 581kcal/24.0g 中 750kcal/29.6g	小 607kcal/25.9g 中 776kcal/32.4g	小 635kcal/28.5g 中 812kcal/35.4g		小 614kcal/23.2g 中 769kcal/28.2g

☀️ 学校給食が はじまります ☀️

期待と希望がいっぱいの新年度が始まりました。今年度も力を合わせ、安全・安心でおいしい給食をお届けします。

クラスみんなで楽しく、しっかりと給食を食べて、元気に学校生活をすごしていきましょう。

栄養教諭 和田 調理員 田邊 須佐 鶴巻 野島

