

平成29年度



4月の給食献立予定表



国見町給食センター

日	曜	献立名	お知らせ	エネルギーのもと		からだをつくるもと		からだのちようしをとのえるもと		エネルギー kcal	給食がお休み
10	月	ごはん 牛乳 とりのてり焼き やさしい炒め みそ汁		米 じゃがいも	油	鶏にく どうふ さつまあげ	牛乳 わかめ	にんじん	キャベツ もやし しめじ たまねぎ たけのこ	幼435 小568 中710	
11	火	ソフトメン 牛乳 ごもくうどん汁 おひたし 黒糖むしパン		パン小麦粉 黒さとう	ごま くり	鶏にく かまぼこ	牛乳 わかめ	こまつな にんじん	ごぼう しいたけ ねぎ もやし	幼528 小660 中ー	中学校
12	水	ー								幼124	幼牛乳のみ 小学校 中学校
13	木	コッペパン 牛乳 ポテトオムレツ コーンサラダ もやしスープ ジャム		パン じゃがいも さとう	油 ピーナッツクリーム	鶏にく たまご 豚にく	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ カリフラワー もやし コーン キャベツ しめじ	幼513 小691 中ー	中学校
14	金	ごはん 牛乳 ぎょうざ ナムル ちゅうかスープ	食育week 17～21日	米 じゃがいも	ごま油 ごま・油	鶏にく どうふ たまご	牛乳	にんじん にら	きゅうり ぜんまい しいたけ もやし	幼433 小ー 中746	小学校
17	月	ごはん 牛乳 豆入りたまご焼き ふきのきんぴら だんご汁	【かみかみ給食】	米 だんご さつまいも	油	たまごやき 豚にく 鶏にく 油あげ	牛乳	にんじん	ごぼう たけのこ ふき しめじ キャベツ	幼514 小637 中803	
18	火	食パン 牛乳 れんこんサラダ 野菜たっぷりピザの具 たまごスープ	【お誕生日おめでとう給食】	パン じゃがいも	油ドレッシング マヨネーズ	ウィンナー 鶏にく 卵 豆腐 豚にく	牛乳 チーズ わかめ	ブロッコリー にんじん ピーマン	たまねぎ えのきだけ きゅうり キャベツ グリンピース れんこん	幼516 小629 中833	
19	水	麦ごはん 牛乳 なつとう 豚汁 ☆キャベツレモンマヨサラダ くだもの	☆国見町食卓図鑑2016 貝田婦人会さん	米 麦 さといも	油 マヨネーズ	なつとう 鶏にく 豚にく どうふ	牛乳	にんじん	キャベツ セロリ レモン ごぼう だいこん ねぎ オレンジ	幼124 小631 中797	幼牛乳のみ
20	木	キャロットパン 牛乳 コーンサラダ ピーマン肉詰フライ クラムチャウダー	毎月19日 みんなで食べる国見の日	キャロットパ ン じゃがいも	油	あさり 豚にく 肉詰フライ	牛乳	にんじん ブロッコリー ピーマン	コーン キャベツ たまねぎ グリンピース	幼583 小690 中977	
21	金	麦ごはん 牛乳 マーボー豆腐 熊本春雨スープ 佃煮 くだもの	【熊本県郷土食】	米 麦 はるさめ	ごま油 油	豚にく どうふ 鶏にく	牛乳 ほしえび 小女子佃煮	にんじん にら	ねぎ しいたけ キャベツ きくらげ デコポン	幼ー 小625 中778	幼稚園
24	月	ごはん 牛乳 さけの塩焼き ごま和え とりごぼう汁		米	ごま 油	さけ 鶏にく どうふ	牛乳	こまつな にんじん	もやし ごぼう ねぎ	幼445 小568 中776	
25	火	食パン 牛乳 チキンカツ くだもの ごぼうサラダ ポークビーンズ		パン じゃがいも	ドレッシング 油	チキンカツ だいず 豚にく	牛乳	にんじん パセリ	ごぼう キャベツ たまねぎ きゅうり コーン はっさく	幼548 小650 中816	
26	水	ごはん 牛乳 さわらのみそ焼き キャベツソテー けんちん汁		米 さといも	ごま油 バター	さわら どうふ ウィンナー 油あげ	牛乳	にんじん ピーマン	キャベツ もやし ねぎ たまねぎ だいこん	幼124 小580 中758	幼牛乳のみ
27	木	コッペパン 牛乳 ジャム グラタン ツナサラダ どうふのスープ		パンマカロ ニ じゃがいも	油	豚にく 鶏にく どうふ ツナ	牛乳 チーズ	にんじんパセリ ブロッコリー ほうれんそう	たまねぎ キャベツ レタス	幼507 小610 中818	
28	金	ごはん 牛乳 つぼづけアーモンド小魚 ブロッコリーサラダ ハヤシシチュー		米 じゃがいも	油 ごま アーモンド	豚にく	牛乳こざかな チーズ	ブロッコリー にんじんトマト	だいこん キャベツ たまねぎ マッシュルーム カリフラワー	幼538 小672 中848	小学校

材料の都合により献立が変更になることもありますのでご了承ください。

使用食材については毎日、放射性物質の測定を行っています。

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	カルシウム mg	食物繊維 g	食塩 g
小630	25.4	14.3	88.0	346	4.5	2.6
中805	30.5	23.9	119.0	382	5.6	3.1
幼505	20.2	16.7	69.0	298	3.5	2.3

さあ、みんなの給食がはじまるよ！

給食のやくそくがまもれたら に色をぬりましょう。

①手をしっかりあらう



手に水をかけて石けんをつける。

よくあらう。

石けんをよくあらいながす。

給食用のハンカチでふく。

②みんなでじゅんぴする

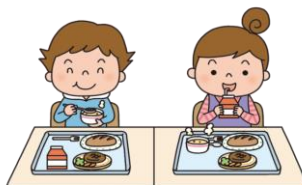


かみの毛が出ないように

きれいに
あらった手せいけつな
白衣マスク
きちんと
はなと口に
給食用
ハンカチ

上手にもりつけましょう。

③みんなで楽しく食べる



④みんなでかたづける

