



月	火	水	木	金
今日の給食のめあて	8日 給食なし	9日 給食なし	10日 準備・後片付けの仕方を覚えよう	11日 準備・後片付けの仕方を覚えよう
はいげんず 配膳図 下線の献立は、カミナミ ミ献立です。よくかん でよく味わって食べま しょう。			〇〇 チーズ チャフチェ ごはん マーボー 豆腐 かいどう 海藻	ふたにくの みそ汁 えびシウマイ ごはん たまご スープ くだもの 果物
赤の食品～血や肉や骨になる～	弁当 び 弁当日	弁当 び 弁当日	食赤の とうふ ぶた肉 みそ チーズ 牛乳	食赤の ぶた肉 みそ たまご とうふ ごさかな 牛乳
緑の食品～体の調子を整える～			食緑の ねぎ にんじん しいたけ にら しょうが にんにく たまねぎ	食緑の にんじん たけのこ キャベツ たまねぎ しょうが こまつな
黄色の食品～熱や力になる～			食黄の こめ さとう あぶら 春雨 ごま かたくりこ	食黄の こめ あぶら さとう かたくりこ
検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137	ND		ND	ND
基準量 エネルギー 820kcal たんぱく質 30g 脂質 ～27g 塩分 ～3g	中学生		栄養価 エネルギー(kcal) 807 たんぱく質(g) 32.1 脂質(g) 25.2 塩分(g) 2.9	栄養価 エネルギー(kcal) 805 たんぱく質(g) 32.1 脂質(g) 24.3 塩分(g) 2.9
14日 よくかんで食べよう	15日 果物の栄養を知らよう	16日 はしの日	17日 手作り味噌を味わおう	18日 朝食モデル献立
ぎょうざ ちゅうかどん わかめスープ くだもの 果物	フルーツポンチ キムチづけ みそラーメン まめいん 豆製品	ごもくまめ さけの りばけ ごはん ぐだくさん みそしる きのこ	ひき肉の みそ汁 メンチかつ ごはん わかめの みそしる たんしゅく 淡色 野菜	きんぴらごぼう なっとう むぎごはん にくじゃ さかな 魚
食赤の ぶた肉 いかに とうもろこし わかめ 牛乳	食赤の ぶた肉 みそ 牛乳	食赤の 鮭 ぶた肉 だいず とり肉 みそ 牛乳	食赤の ぶた肉 たまご ひき 肉 まぐろ 牛乳	食赤の なっとう さつまあげ ぶた肉 牛乳
食緑の はくさい たまねぎ にんじん たけのこ きくらげ しいたけ ねぎ しょうが	食緑の にら にんじん たまねぎ キャベツ もやし いちご みかん 缶 バイン缶 もも缶	食緑の しいたけ にんじん ごぼう いんげん だいこん たまねぎ こまつな	食緑の たまねぎ にんじん	食緑の ごぼう にんじん たけのこ いんげん たまねぎ しょうが
食黄の こめ あぶら さとう かたくりこ	食黄の 中華めん さとう 白玉団子 ゼリー	食黄の こめ さとう ごま あぶら かたくりこ こんにやく	食黄の こめ パン粉 こむぎこ じゃがいも あぶら	食黄の こめ おおむぎ さとう ごま じゃがいも 糸こんにやく あぶら
検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137	ND	ND	ND	検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137 ND
栄養価 エネルギー(kcal) 819 たんぱく質(g) 33.4 脂質(g) 21.1 塩分(g) 3.5	栄養価 エネルギー(kcal) 832 たんぱく質(g) 32.5 脂質(g) 16.6 塩分(g) 3.6	栄養価 エネルギー(kcal) 794 たんぱく質(g) 37.4 脂質(g) 23.8 塩分(g) 2.6	栄養価 エネルギー(kcal) 830 たんぱく質(g) 32.2 脂質(g) 24.1 塩分(g) 1.8	栄養価 エネルギー(kcal) 807 たんぱく質(g) 28.7 脂質(g) 25.7 塩分(g) 3.5

4月の給食のめあて ～給食のきまりを守ろう～

給食当番の服装

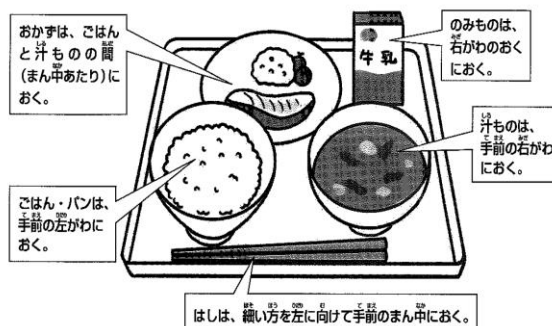
みなりはだいじょうぶかな?

とうばんさんは みなりを きちんとして じゅんぴを しょうね♪

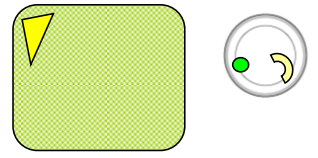


食器の並べ方 - 献立表の配膳図と同じように並べよう -

食器をこのように正しくならべているかな?




後片付けの仕方



おぼんや、食器の上に、食べ物
や、ストロー・ジャムの袋などがつ
いていないか確かめてからかた
づけよう。



日(曜日にご注意ください)		火		水		木		金			
20日 食べ残しゼロを目指そう		22日 こぼさないで食べよう		23日 入園・入学・進級お祝い献立		24日 給食なし		25日 給食なし			
<div> ヨーグルト  ドライカレー  小魚</div>		<div> わかめサラダ しろみざかな フライ  コッパパン ミネストローネ  緑黄色野菜</div>		<div> くまだなの てづくり おひたし デザート  ぎょうにくと さわにわん ごぼうのまぜごはん  海藻</div>		1~2年生		<div> はいげんず 配膳図 下線の献立は、カミカミ ミ献立です。よくかん たんでよく味わって食べま しょう。 お家で取り たい食品</div>			
<div><div>食品の赤</div><div>ぶた肉 かまぼこ 牛肉 ヨーグルト 牛乳</div></div>		<div><div>食品の赤</div><div>しろみざかなフライ 牛乳 まぐろ缶 ベーコン チーズ</div></div>		<div><div>食品の赤</div><div>たまご ぶた肉 牛乳</div></div>				<div>赤の食品~血や肉や骨になる</div>			
<div><div>食品の緑</div><div>たまねぎ にんじん セロリー しょうが にんにく トマト きゅうり キャベツ</div></div>		<div><div>食品の緑</div><div>だいこん キャベツ にんじん たまねぎ トマト にんにく</div></div>		<div><div>食品の緑</div><div>ごぼう こねぎ しいたけ なばな キャベツ にんじん だいこん</div></div>		<div>弁当日</div>		<div>緑の食品~体の調子を整える~</div>			
<div><div>食品の黄色</div><div>こめ あぶら さとう こむぎこ</div></div>		<div><div>食品の黄色</div><div>パン あぶら マカロニ</div></div>		<div><div>食品の黄色</div><div>こめ 糸こんにゃく ごま あぶら さとう いちごジャム</div></div>				<div>黄色の食品~熱や力になる~</div>			
検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137		ND						検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137			
ND		ND						ND			
栄養価		栄養価		栄養価				基準量 中学生 エネルギー 820kcal			
エネルギー(kcal) 869		エネルギー(kcal) 804		エネルギー(kcal) 816				たんぱく質 30g			
たんぱく質(g) 36.2		たんぱく質(g) 33.7		たんぱく質(g) 27.2				脂質 ~27g			
脂質(g) 19.9		脂質(g) 23.7		脂質(g) 25.1				塩分 ~3g			
塩分(g) 2.5		塩分(g) 4.3		塩分(g) 3.1							
土(曜日にご注意ください)		火		水		木		金			
26日 1・2年授業日		29日 昭和の日		30日 魚を食べよう		4月の給食のめあて~給食のきまりを守ろう~					
<div> 春を告げる和菓子「桜もち」 桜の花の季節が来ると食べなくなる桜もち。桜もちには、関西風と関東風があります。 関西風は、道明寺粉(もち米を蒸して乾燥させ粗く砕いたもの)で皮を作り、あんを包んだまんじゅうのようなおもちです。つぶつぶした皮の食感が特徴です。 関東風は、小麦粉などの生地を薄く焼いた皮であんを巻いた、クレープのようなおもちです。どちらもお寺に関係があり、関西風は大阪の道明寺で作られたことから『道明寺』、関東風は東京の長命寺で作られたことから『長命寺』ともよばれています。 </div>		<div> だいこんサラダ さばの こうみに  ごはん けんちんじる  緑黄色野菜</div>		<div> たべのこしが、ついていないかな? たべおわったあとは、あとがたけてすね。しよつきには、たべのこしがついていないようにして ぐえししょう。  たべのこしたものは、しよつがんなどに もどししょう。このときにも、しよつきに のこらないようきをつけてね。 </div>							
1~2年生		1~2年生		1~2年生		きちゃんと重ねて返してね					
弁当日		弁当日		弁当日		きちゃんと重ねて返してね					
						食器の後片付けは、きちゃんと重ねて返してね。 同じ大きさの食器ごとに、上向きに重ねていってね。大きさをそろえないと、運ぶときにグラグラして、あふないよ。  スプーンやはしは、向きをそろえてね。					
検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137		ND		検査結果(単位:kg/Bq) セシウム 134・137		ND					
ND		ND		ND							
栄養価		栄養価		栄養価							
エネルギー(kcal) 794		エネルギー(kcal) 794		エネルギー(kcal) 794							
たんぱく質(g) 29.2		たんぱく質(g) 29.2		たんぱく質(g) 29.2							
脂質(g) 26.1		脂質(g) 26.1		脂質(g) 26.1							
塩分(g) 3.1		塩分(g) 3.1		塩分(g) 3.1							