

準備やかたづけを協力してしよう

# 4月 学校給食予定献立表



吉舎学校給食共同調理場

日	こんだてめい	あか	みどり	き	ひとこと	日	こんだてめい	あか	みどり	き	ひとこと
	しんねんど はじ 新年度が始まりました。今年度もおいしく 食べて、元氣なからだをつくりましょう。				あんぜん 安全にすばやく 準備をするコツ	20	ごはん 牛乳 ほきのみそマヨ焼き ごまサラダ わかめスープ	ぎゅうにゅう ほき みそ わかめ とうふ	たまねぎ にんじん アスパラガス キャベツ ブロッコリー コーン えのきたけ	こめ ノンエッグマヨ あぶら さとう ごま	こころ 心をこめて 給食のかたづけ
6	ごはん 牛乳 よしのに 吉野煮 ごま酢あえ ひじきふりかけ	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ いとかまほこ ひじき ちりめん かつおぶし	たまねぎ にんじん ごぼう こんにやく さやいんげん キャベツ もやし こまつな	こめ じゃがいも あぶら さとう でんぶん ごま		21	ごはん 牛乳 とりにく だいず 鶏肉と大豆のさっぱり煮 かおりあえ ビーフンスープ	ぎゅうにゅう とりにく だいず	しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん はくさい しいたけ なら	こめ さとう ビーフン	
7	カレーライス 牛乳 コーンサラダ きよみオレンジ	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ ブロッコリー コーン きよみオレンジ	こめ じゃがいも あぶら さとう	きゅうじふん 給食当番はしゃべらずに、すばやくみじたくをしよう	22	ごはん 牛乳 さばのびりから焼き ごぼうサラダ 相性汁	ぎゅうにゅう さば チキンハム ベーコン みそ 調理用ぎゅうにゅう	ごぼう にんじん きゅうり たまねぎ こんにやく ねぎ	こめ ノンエッグマヨ ごま じゃがいも	たのこ 食べ残しは、決まりを守って食缶にもどそう
8	ごはん 牛乳 とりにく とうみや 鶏肉の香味焼き マカロニサラダ やさい 野菜スープ さくらゼリー	ぎゅうにゅう とりにく みそ ベーコン	キャベツ アスパラガス コーン たまねぎ にんじん しめじ チンゲンサイ	こめ ごま マカロニ ノンエッグマヨ さつまいも ゼリー		23	たけのごはん 牛乳 あつあ 厚揚げのみそ煮 わふう 和風サラダ	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく あつあげ みそ チキンハム わかめ かつおぶし	たけのこ にんじん たまねぎ ピーマン こんにやく しめじ キャベツ だいこん ブロッコリー	こめ あぶら さとう でんぶん ごま	
9	ごはん 牛乳 さけのバター焼き コールスローサラダ みそ汁	ぎゅうにゅう さけ とうふ あぶらあげ みそ	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん だいこん ねぎ	こめ パンこ バター あぶら さとう	えいせいめん 衛生面に気をつけて、一人分の適量を盛りつけよう	26	わかめごはん 牛乳 にく 肉じゃが ツナサラダ りんごゼリー	ぎゅうにゅう わかめ ぶたにく ツナ	たまねぎ にんじん こんにやく さやいんげん キャベツ きゅうり コーン	こめ じゃがいも あぶら さとう ゼリー	しょっき たの もの 食器に食べ物がついていないか、確認しよう
12	ごはん 牛乳 や 焼きぎょうざ とま 土佐酢あえ もすくスープ	ぎゅうにゅう きょうざ かつおぶし ベーコン もすく	キャベツ ブロッコリー たまねぎ にんじん チンゲンサイ	こめ あぶら さとう じゃがいも		27	ごはん 牛乳 いわしのごま焼き おかかあえ みそ汁	ぎゅうにゅう いわし かつおぶし とうふ あぶらあげ みそ	キャベツ ほうれんそう にんじん たまねぎ だいこん ねぎ	こめ ごま	
13	ごはん 牛乳 とうふ 豆腐の中華煮 もやしナムル きよみオレンジ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ うすらたまご いとかまほこ	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ チンゲンサイ もやし ほうれんそう きよみオレンジ	こめ あぶら でんぶん ごまあぶら ごま	とうばんがい ひと じ 当番以外の方は、自分の席で配膳が終わるまで待とう	28	ごはん 牛乳 ビーンズバーグ アスパラサラダ コンソメスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず たまご 調理用ぎゅうにゅう ベーコン	たまねぎ キャベツ アスパラガス コーン にんじん しめじ チンゲンサイ	こめ パンこ あぶら さとう	はいぜんだい 配膳台をきれいにふいておこう
14	ごはん 牛乳 さわらのごまだれ ゆかりあえ キャベツのみそ汁	ぎゅうにゅう さわら あぶらあげ みそ	だいこん きゅうり たまねぎ にんじん キャベツ しめじ	こめ さとう ごま	きゅうしよえ 給食の前に できているかな？	30	ごはん 牛乳 まーぼー豆腐 麻婆豆腐 はるさめサラダ きよみオレンジ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ チキンハム	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり きよみオレンジ	こめ さとう でんぶん ごまあぶら はるさめ	こんげつつか よてい 今月使う予定の 地場産物 (三次市内産)
15	ごはん 牛乳 ポークビーンズ わかめサラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず わかめ ツナ ヨーグルト	たまねぎ にんじん ピーマン トマト キャベツ だいこん きゅうり	こめ じゃがいも あぶら さとう		<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p><b>食事マナーを守って食べよう</b></p> <p>食事マナーは、相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。食事の場が楽しい雰囲気になるようにみんなで工夫しましょう。</p> <p><b>トイレ</b> てあらい せっけんててあらい をしよう！</p> </div> <div style="width: 40%;"> <p><b>給食時間の約束</b></p> <p>茶わんや汁わんは手に持って食べよう</p> <p>好き嫌いしないで食べよう</p> <p>口に食べ物を入れたまま話さないようにしましょう</p> <p>食べている途中で立ち歩かないようにしましょう</p> <p>食事中にきたない話はやめよう</p> <p>よくかんで楽しく食べよう</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>〇こめ 〇ほうれんそう 〇アスパラガス 〇青ねぎ など</p> <p>こんねんど 今年度も、吉舎、三良坂のおいしい地場産物をできる限り活用し、給食をつくりたいと思います。</p> </div> </div>					
16	ごはん 牛乳 や 焼きししゃも きりぼしサラダ けんちん汁	ぎゅうにゅう からぶとししゃも チキンハム とうふ	きりぼしだいこん キャベツ きゅうり にんじん だいこん ごぼう こんにやく ねぎ	こめ ごまあぶら さとう さといも							
19	ごはん 牛乳 こうや豆腐 高野豆腐のたまごとじ じゃこおひたし きよみオレンジ	ぎゅうにゅう ぶたにく こうや豆腐 たまご ちりめん さつまあげ かつおぶし	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ キャベツ ほうれんそう きよみオレンジ	こめ じゃがいも あぶら さとう ごまあぶら							