



日曜	献立名	主な材料とそのはたらき						エネルギー (kcal)
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
1月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		607
	★ごぼううりつくね(小2こ・中3こ)	とりこ			たまねぎ ごぼう			796
	こまつなとあぶらあげのあえもの	あぶらあげ		こまつな にんじん	キャベツ	さとう		
	ごじる	だいず なまあげ みそ とうにゅう ぶたにく		にんじん ねぎ	だいこん こんにゃく ごぼう	でんぷん		
2火	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		697
	うなぎちらしのぐ	うなぎ たまご こうやどうふ		にんじん	しいたけ	さとう		879
	★けんちんしのだのしょうがあんかけ	とうふ あぶらあげ たら		にんじん	しょうが	さとう でんぷん	あぶら	
	とうふのすましじる	とりこ とうふ	わかめ	にんじん	だいこん えのきたけ たまねぎ			
	★ひなあられ					こめこ さとう		
3水	ロウカットげんまいごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ロウカットげんまいごはん		606
	ハヤシライス	ぎゅうにく	チーズ	にんじん トマト	にんにく しょうが たまねぎ エリンギ	じゃがいも こむぎこ さとう	バター	卒業式
	ごぼうのかみかみサラダ	ハム		にんじん	ごぼう キャベツ きゅうり	さとう	マヨネーズ	
	しらぬひ				しらぬひ			
4木	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		607
	★とうふハンバーグのおろしかけ	とうふ とりこ だいず			たまねぎ だいこん	さとう		772
	しらすぼしときゅうりのすのもの		しらすぼし	にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	ごまあぶら	
	こんさいのみそしる	ぶたにく とうふ みそ		にんじん こまつな	ごぼう だいこん しめじ	さといも		
5金	むぎごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			むぎごはん		680
	★しゅうまいのあまずあんかけ (小2こ・中3こ)	ぶたにく とりこ だいず			たまねぎ	こむぎこ さとう でんぷん		891
	マーボどうふ	ぶたにく とうふ みそ		にんじん ねぎ	しょうが にんにく しいたけ たまねぎ	さとう でんぷん	ごまあぶら	
	ちゅうかめんいりサラダ	とりこ		にんじん	キャベツ きゅうり	さとう めん	ごまあぶら	
8月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		585
	★ごもくあつやきたまご	たまご とりこ		にんじん	たけのこ			747
	やさいのゆかりあえ			ゆかりこ	キャベツ きゅうり はくさい			
	だいこんとぶたにくのうまに	ぶたにく はんぺん なまあげ		にんじん	だいこん こんにゃく しょうが	さとう		
9火	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		604
	★あいちのやさしいりはるまき	とりこ		にんじん	キャベツ れんこん	こむぎこ	あぶら	760
	かいそうサラダ	とりこ	わかめ ふのり とさかのり こんぶ		キャベツ きゅうり	さとう	ごまあぶら	
	チンゲンサイのスープ	ぶたにく		チンゲンサイ にんじん	しょうが たけのこ たまねぎ きくらげ	でんぷん		
10水	ロウカットげんまいごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ロウカットげんまいごはん		694
	カレーライス	ぶたにく	チーズ	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ	じゃがいも		884
	とりこくのこうみやき	とりこ						
	ダイコンサラダ	ツナ			だいこん きりぼしだいこん きゅうり コーン			
11木	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		703
	★さばのぎんがみやき	さば みそ				さとう		892
	じゃがいものそぼろに	ぶたにく はんぺん		にんじん	たまねぎ えだまめ	じゃがいも さとう		
	ひじきとだいずのふくめに	あぶらあげ だいず	ひじき	にんじん		さとう	ごまあぶら	
12金	くろロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう			くろロールパン		676
	★キャベツメンチカツのソースかけ	ぎゅうにく ぶたにく			キャベツ たまねぎ	パンこ さとう でんぷん	あぶら	850
	ツナサラダ	ツナ			キャベツ きゅうり コーン		マヨネーズ	
	やさいスープ	とりこ		にんじん バセリ	はくさい たまねぎ	じゃがいも		
15月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		606
	さわらのてりやき	さわら			しょうが	さとう でんぷん		777
	きりぼしだいこんのふくめに	はんぺん あぶらあげ		にんじん	きりぼしだいこん こんにゃく	さとう		
	けんちんじる	とりこ とうふ あぶらあげ		にんじん ねぎ	ごぼう だいこん	でんぷん		
16火	ソフトめん 牛乳		ぎゅうにゅう			ソフトめん		675
	わふうじる	とりこ あぶらあげ かまぼこ はなかつお		にんじん ねぎ	たまねぎ はくさい	さとう でんぷん		808
	★ほしがたコロッケ	とりこ ぶたにく			たまねぎ	パンこ じゃがいも	あぶら	
	やさいのしおこんぶあえ		こんぶ		キャベツ きゅうり レモンかじゅう	さとう		

日 曜	献 立 名	主な材料とそのはたらき						エネルギー (kcal)
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
17 水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		586
	★やきぎょうざのからししょうゆかけ (小2こ・中3こ)	ぶたにく			キャベツ たまねぎ	ごむぎこ さとう		
	パンパンジーサラダ	とりにく		にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら	
	はっほうたん	ぶたにく いか		にんじん ねぎ	もやし たけのこ しいたけ はくさい	でんぷん		
18 木	ミルクロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう			ミルクロールパン		703
	★うずらたまごのスコッチエッグ	ぶたにく うずらたまご			たまねぎ			
	チーズサラダ	チーズ		にんじん	キャベツ コーン きゅうり		ドレッシング	
	やさしいカレーコンソメスープ	ウインナー ひよこまめ あかいんげんまめ だいず あおえんどう		にんじん	たまねぎ はくさい		じゃがいも	
	★いちごクレープ	とうにゅう				さとう こめこ	あぶら	
19 金	「南知多のお魚の日」 ごはん 牛乳			ぎゅうにゅう		ごはん		卒業式 797
	★まぐろとごぼうのだいずがらめ	まぐろ だいず			ごぼう	さとう でんぷん こめこ あぶら		
	きゅうりとわかめのすのもの			わかめ	キャベツ きゅうり	さとう		
	みだくさんじる	ぶたにく なまあげ みそ		にんじん ねぎ	だいこん こんにやく しめじ たまねぎ	でんぷん		
22 月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		594 758
	さけのしおこうじやき	さけ						
	れんこんのきんぴら	ぶたにく はんぺん		にんじん	れんこん えだまめ	さとう	ごまあぶら	
	しんたまねぎとじゃがいものみそしる	とうふ みそ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ		じゃがいも	
23 火	あいちのこめパン 牛乳		ぎゅうにゅう			あいちのこめパン		698 873
	★ポテトカップグラタン	とうにゅう おから		にんじん ほうれんそう	たまねぎ コーン	じゃがいも こめこ		
	コールスローサラダ	ハム			キャベツ きゅうり コーン	さとう	あぶら	
	ミネストローネ	ベーコン だいず		パセリ にんじん トマト	セロリー たまねぎ	マカロニ		
※物資の購入都合により、献立を変更する場合があります。 ※★マークは加工食品です。主な原料(5%以上)を表記しています。							エネルギー摂取基準 (kcal)	小650 中830

給食予定回数 17回

今月の行事食

ひな祭り

女の子の健やかな成長と幸せを願う節句のお祭りです。桃の節句ともいいます。ひしもち、ちらしずし、はまぐりのお吸い物、ひなあられ、白酒などでお祝いします。3日が中学校卒業式のため、給食では2日がひな祭り献立で、うなぎちらしの具とひなあられがつけます。お楽しみに。

「命の恵み♥いただきます」



しらぬひ

あいち知多農協かんきつ組合

3日(水)のしらぬひは、美浜町産です。



小学校 卒業お祝い給食

9日(火) 豊浜小・大井小・日間賀小

12日(金) 内海小・師崎小
篠島小



一年間の食生活を振り返ろう

一年間を振り返って、できていたことには、□にチェックを付けましょう。できなかったことは、これから意識して取り組みましょう。



衛生的に、給食の準備や片付けができた。



身じたくや手洗いをきちんとできた。



協力して、当番活動ができた。



はしを正しく持つことができた。



食事のマナーを守って食べることができた。



心を込めて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつができた。



よくかんで食べることができた。



朝ごはんを毎日きちんと食べることができた。



食べ物のはたらきを知り、好ききらいなく、バランスのよい食事をとれた。

【1年間ありがとうございました】

今年度の給食は3月23日(火)で終了します。給食を通して、子どもたちのうれしい笑顔を見ることができました。「おいしかった」や「ごちそうさま」の声、空になった食缶を見るのが私たちの大きな励みになっています。来年度も安全安心でおいしい給食を提供できるように努めていきます。

※ 卒業式のため、3日(水)は小学校のみ、19日(金)は中学校のみ給食があります。