



# 平成 22 年 4 月 分 献 立 表

江南市南部学校給食センター

日 曜	献立名	主な材料とそのほたらき			エネルギー (kcal)		メッセージ
		血・肉・骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力になるもの	小	中	
9 金	ちゅうかめん ぎゅうにゅう	みそラーメン はるまき パイン	牛乳 焼豚 みそ 春巻き	にんじん キャベツ もやし ねぎ コーン にんにく しょうが パイン	中華めん 油	630 730	今月は卵・豚ひき肉・人参・キャベツ ねぎ・パセリ・みつば・きゅうりが愛知 県産です。大根は江南市産です。
12 月	(小)ごはん ぎゅうにゅう	とうふのごもくじる さわらのあまみそがけ きんぴらごぼう	牛乳 とうふ かまぼこ さわら みそ とり肉	だいこん 干しいたけ ねぎ ごぼう にんじん	ご飯 油 さとう ごま でんぶん ごま油	606	9日より学校給食が始まります。 新しいクラスの先生、お友だちと、楽し く、マナーよく食べましょう。
	(中)ごはん ぎゅうにゅう	とうふのごもくじる さばのおかかにか きんぴらごぼう	牛乳 とうふ かまぼこ さばのおかかにか とり肉	だいこん 干しいたけ ねぎ ごぼう にんじん	ご飯 さとう ごま ごま油	791	
13 火	ミニロールパン ぎゅうにゅう	やきそば フルーツヨーグルト アーモンドごさかな	牛乳 豚肉 いか ヨーグルト 小魚(いわし)	キャベツ 玉ねぎ にんじん しょうが みかん パイン 葉巻	パン 焼きそば 油 さとう アーモンド	652 768	13日 小学校1年生の給食が始まります。 アーモンド小魚の小魚は、かたくちい わしです。骨や歯をじょうぶにするカル シウムが多くふくまれています。 よくかんで食べましょう。
14 水	むぎごはん ぎゅうにゅう	カレーライス エビフライ ふくじんづけ おいおいデザート	牛乳 豚肉 えびフライ チーズ	玉ねぎ にんじん りんご グリーンピース ふくじんづけ	寒ご飯 じゃがいも 油 お祝いデザート	734 920	15日 入学・進級のお祝い献立です。 赤飯に黒ごまをかけて食べましょう。
15 木	せきはん(くろごま) ぎゅうにゅう	ゆばのすましじる とりにくのからあげ アスパラのごまがつつおあえ	牛乳 ゆば かまぼこ とり肉 かつおぶし	えのきだけ みつば しょうが にんにく グリーンアスパラ	ご飯 もち米 小豆 油 でんぶん 小麦粉 砂糖 ごま	670 832	16日 「なばなとウインナーのいため物」は、 布袋小学校の応募献立です。
16 金	クロスロールパン ぎゅうにゅう	ポークビーンズ なばなとウインナーのいためもの	牛乳 大豆 豚肉 いろいろ ウインナー	玉ねぎ にんじん なばな	パン じゃがいも さとう バター 油	705 811	19日 毎月19日は「食育の日～おうちで ごはんの日～」です。
18 月	ごはん ぎゅうにゅう	はっぼうさい しゅうまい(小2コ、中3コ) ナムル	牛乳 豚肉 いか うずら卵 しゅうまい	干しいたけ たけのこ 白菜 玉ねぎ にんじん もやし なばな	ご飯 油 でんぶん ごま油 さとう	657 844	20日 美生柑(みしょうかん)は、見た目が グレープフルーツに似ていることから 和製グレープフルーツともよばれてい ます。今が旬の甘みがある果物です。
	(小)ごはん ぎゅうにゅう	にくじゃが さばのおかかにか みしょうかん	牛乳 牛肉 さばのおかかにか	にんじん 玉ねぎ こんにやく グリーンピース みしょうかん	ご飯 じゃがいも さとう 油	692	21日 メンチカツには、愛知県産のキャベツ がたくさん使われています。
20 火	(中)ごはん ぎゅうにゅう	にくじゃが さわらのあまみそがけ みしょうかん	牛乳 牛肉 さわら みそ	にんじん 玉ねぎ こんにやく グリーンピース みしょうかん	ご飯 じゃがいも さとう 油 でんぶん	847	27日 グリーンアスパラは、春を代表する野 菜のひとつです。
	21 水	ミルクロールパン ぎゅうにゅう	ミネストローネ メンチカツ(ソース) かたぬきチーズ	牛乳 ウインナー メンチカツ チーズ	玉ねぎ にんじん トマト いんげん	パン マカロニ 油	662 855
22 木	ごはん ぎゅうにゅう	ぶたじる あつやきたまご ひじきのいために	牛乳 豚肉 とうふ みそ 煮干し粉 厚揚げ卵 ひじき ツナ(まぐろ)	こんにやく ごぼう ねぎ だいこん にんじん コーン	ご飯 里いも さとう	597 746	30日 5月5日は子どもの日です。長いお 休みになるので、こいのぼりゼリー をつけました。
23 金	クワッサン ぎゅうにゅう	コーンスープ いかなゲット(小2コ、中3コ) グリーンサラダ(ドレッシング)	牛乳 ベーコン いかなゲット ささみオイル漬け	玉ねぎ にんじん パセリ コーン グリーンアスパラ きゅうり	パン 油 ドレッシング	543 658	
26 月	ごはん ぎゅうにゅう	かきたまじる まぐろのケチャップに あまなつ	牛乳 卵 とり肉 いか かまぼこ まぐろ	干しいたけ にんじん ねぎ しょうが にんにく 甘栗	ご飯 でんぶん 小麦粉 油 さとう	626 776	
27 火	クロロールパン ぎゅうにゅう	はるやさいのポトフ えだまめコロッケ	牛乳 ベーコン	キャベツ にんじん 玉ねぎ グリーンアスパラ 枝豆コロッケ	パン じゃがいも 油	628 826	
28 水	ごもくごはん ぎゅうにゅう	たけのこのみそしる はながたはんぺん そくせきづけ	牛乳 とり肉 わかめ とうふ みそ はんぺん	にんじん ごぼう たけのこ 干しいたけ えのきだけ きゅうり たくあん	ご飯 油 ごま	533 678	
30 金	ツイストロールパン ぎゅうにゅう	インディアンズバゲティ ツナサラダ(ドレッシング) こいのぼりゼリー	牛乳 豚ひき肉 チーズ ウインナー ツナ(まぐろ)	玉ねぎ にんじん もやし グリーンピース キャベツ コーン	パン スpagetイ 油 ごまドレッシング ゼリー	663 791	

\*材料の都合で、献立を変更する場合があります。

給食実施回数 15回

## 入学・進級おめでとございます

学校給食は、子どもたちが栄養のバランスのとれた食事を先生や友だちと一緒に食べながら、心のふれあいの中で心とからだの健康をよくし、からだの成長を図ろうとするものです。今年度も楽しく、安全でおいしい給食をめざしていきます。

クラスのみなどと、楽しく  
会食すること。



なんでも残さず食べられるように  
なること。

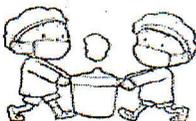


食事の手洗い、給食当番の  
身なりなどを通して、衛生的な食生  
活ができるようになること。

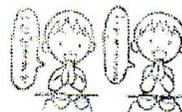


## 学校給食で守ってほしいこと、学んでほしいこと

給食当番の仕事などを分担する  
ことによって、協力の大切さを身  
につけること。



感謝の心をこめて「いただきます」  
「ごちそうさま」のあいさつができる  
ようになること。



昔からある料理を知り、日本の  
食文化への関心を深めること。



～応募献立～ 献立紹介 『菜花とウインナーのいため物』(16日)

菜花といり卵、それに子どもたちが大好きなウインナーをあわせて炒めました。 —お友達の声—  
(布袋小学校の応募献立です。)