



日	曜	休みの学校	こ ん だ て め い		し ょ う す る お も な た べ も の			え い よ う か	
			主 食	お か す	ち や に く に な る あ か の し ょ く ひ ん	か ら だ の ち ょ う し と と の え る み だ り の し ょ く ひ ん	ね つ や ち か ら に な る き い の し ょ く ひ ん	エ ネ ル ギ ー kcal	たん ぱ く 質 g
9	火	多小1年 天真小1年 東小1年	ココアパン	ぶたにくのマーマレードやき はなやさいサラダ ウィンナーとやさいのスープ	ぶたにく ツナ ウィナー	ブロッコリー カリフラワー たまねぎ パセリ にんじん キャベツ とうもろこし マッシュルーム	パン マーマレード どんぶん さとう フレンチドレッシング	640	27.9
10	水	多小1年 天真小1年 東小1年	ごはん	おさかなカツ ひじきのカラフルいため ☆じゃがもちじる	あじ スケソウダラ ひじき だいず さつまあげ なたと ベーコン あぶらあげ	パプリカ えだまめ にんじん だいこん ねぎ たまねぎ	ごはん こめあぶら どんぶん こんにやく さとう パンこ じゃがいも ふ	658	22.9
11	木	多小1年 天真小1年 東小1年	ごはん	ポークカレー フルーツポンチ まめいりごさかな	ぶたにく スキムミルク ぎゅうにゅう だいず かたくちいわし	もも パイン みかん レモン にんじん たまねぎ にんにく	ごはん ゼリー じゃがいも こめあぶら カレールウ ごま	683	25.0
12	金	1年生は 簡易給食 (詳細は下記)	バター ロールパン	ハンバーグのトマトソースかけ チキンサラダ ABCスープ おめでどうゼリー	とりにく ぶたにく ベーコン	にんじん きゅうり たまねぎ キャベツ マッシュルーム パセリ	パン さとう マカロニ フレンチドレッシング ゼリー	673	26.6
15	月	天真小1年 簡易給食 (詳細は下記)	わかめごはん	コーンしゅうまい (2コ) ごますあえ にくじゃが	わかめ ぎよにくすりみ あぶらあげ ぶたにく ちくわ	もやし にんじん きゅうり たまねぎ しいたけ さやいんげん とうもろこし	ごはん さとう こむぎこ ごま じゃがいも こんにやく こめあぶら	640	24.4
16	火		ごはん	しろはなまめコロッケ (たくじょうソース) とうふのちゅうかに アセロラゼリー	しろはなまめ ぶたにく とうふ	にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ えだまめ しょうが	ごはん こめあぶら どんぶん ごまあぶら さとう ゼリー じゃがいも パンこ こむぎこ	717	24.5
17	水		ミルクパン	ハムピカタ わかめとツナのサラダ はるやさいのポトフ	ハム たまご わかめ ツナ フランクフルト ぶたにく ひよこめ	とうもろこし きゅうり レモン キャベツ だいこん にんじん パセリ	パン さとう じゃがいも フレンチドレッシング	632	23.9
18	木		ごはん	モンテンドーレ きりぼしこんぶのもの からがらじる	とりにく こんぶ とうふ さつまあげ だいず みそ ぶたにく	たまねぎ トマト にんじん マッシュルーム たけのこ ラ・フランス えだまめ ごぼう だいこん ねぎ	ごはん こめあぶら さとう ごま こんにやく どんぶん	638	29.5
19	金	多小 (のりふりかけ)	ごはん	さわらのてりやき よんしゅやさいのナムルぶつ こめこワンタンスープ	さわら こんぶ ぶたにく のり かつおぶし	こまつな にんじん もやし とうもろこし たまねぎ はくさい ねぎ メンマ	ごはん ごまあぶら ごま こめこワンタン	592	25.1
22	月		こめこパン	ケチャップあんにくだんご (2コ) グラムチャウダー Feヨーグルト	とりにく あさり ベーコン ぎゅうにゅう なまクリーム スキムミルク チーズ ヨーグルト	にんじん たまねぎ マッシュルーム えだまめ	パン じゃがいも パター パンこ	728	33.1
23	火		ごはん	イカメンチ みそきんぴら まめふじる	いか スケソウダラ ぶたにく だいず あぶらあげ なたと	ごぼう にんじん だいこん ねぎ たまねぎ	ごはん こめあぶら さとう こんにやく ごま ごまあぶら じゃがいも ふ こむぎこ	650	25.8
24	水		むぎごはん	とりつくね きゅうりのメンマあえ はつぼうさい ウィンナー	とりにく ぶたにく えび	きゅうり メンマ にんじん はくさい チュンゲンツアイ たまねぎ もやし しょうが しいたけ たけのこ	ごはん おおむぎ ごまあぶら ごま さとう どんぶん こめあぶら パンこ はつぼうさい	685	29.8
25	木		せわり ソフトパン	ウィンナー (たくじょうケチャップ) ツナポテトサラダ トマトラビオリスープ	ウィンナー ツナ ベーコン ぶたにく	たまねぎ きゅうり にんじん キャベツ にんにく トマト	パン じゃがいも マヨネーズ こむぎこ パンこ さとう こめあぶら	668	25.3
26	金		ごはん	ぶたどん おくずかけ ☆ブルー	ぶたにく	たまねぎ しいたけ にんじん だいこん ごぼう さやいんげん ブルー	ごはん さとう こめあぶら さといも ふ こんにやく うーめん どんぶん	596	23.3
30	火		ごはん	いわしのうめに ブロッコリーのチーズおかかあえ ごもくみそしる	いわし かつおぶし チーズ とうふ わかめ	ブロッコリー にんじん ねぎ もやし こまつな ごぼう うめ	ごはん じゃがいも ふ ごま	630	27.4

はしはまいにちわすれずにもってきましょう。

都合により、献立が変更になる場合があります。

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
1回当りの平均	655kcal	26.3g	22.0g 2.7g

4月給食だより

こんげつ
えいようもくひょう

たの しく 何 でも 食 べ よう

今月の
地産地消

だいこん みそ

●献立表で□印がついている食材は多賀城市の地産地消品を使用予定です。

元気いっぱい1年生を迎え、新年度が始まりました。学校給食は、子どもたちが栄養バランスのとれた食事を先生やクラスの仲間と一緒に食べながら、さまざまなことを学ぶ機会です。給食センタースタッフ一同力を合わせて、安全でみなさんが楽しみにするようなおいしい給食を提供していきたいと思っています。1年間、どうぞよろしくお願いたします。

1年生導入給食 ●2日間実施します

1年生が給食に慣れるように、食べやすい献立にしています。

月日	献立名	使用する主な食べ物
4/12 (金)	バターロールパン ハンバーグのトマトソースかけ おめでどうゼリー ぎゅうにゅう	パン ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく たまねぎ パンこ ゼリー
4/15 (月)	わかめごはん コーンシューマイ(2コ) ぎゅうにゅう	ごはん ぎゅうにゅう わかめ とうもろこし たまねぎ どんぶん パンこ ぎよにくすりみ こむぎこ

献立表のマークに注目!

かみかみマーク
よくかんで食べる食材を使った献立です。月に1度実施しています。

小骨に注意!
大きな骨が入っていることはありませんが、部位によっては小骨があることがあります。注意して食べましょう。

みんたで一箱2!
学童期に多いアレルギーである「卵・乳・木の実類」を使用しない献立です。

★気をつけて食べよう。
新しいマークです。一口で飲み込まず、ハムスターのように少しずつ食べましょう。

学校給食について

がっこうきゅうしょく
学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 明るく社会性と共同の精神を養う。
- 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神と環境の保全に寄与する態度を養う。
- 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。
- 伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

ゆうこうとし
友好都市の郷土料理を味わおう

～多賀城市には3つの友好都市があります～

- 山形県天童市
- 福岡県太宰府市
- 奈良県奈良市

友好都市を締結した月に「友好都市メニュー」を実施します。

4月は天童市

★モンテンドーレ
サッカーチーム、モンテディオ山形の応援メニューとして天童市学校給食センターで作成した献立です。揚げた鶏肉に、ラ・フランス入りのソースをかけています。

★からから汁
山形県村山地方(天童市も含む)の郷土料理です。蔵王温泉の名物料理で野菜がたくさん入った汁物です。みそ、酒かすが入り、学校給食風にアレンジしています。