



日	曜	休みの学校	こんだてめい		しようするおもなたべもの			えいようか	
			主食	おかず	ちやにくになる あかのしょくひん	からだのちようしをととのえる みどりのしょくひん	ねつやちからになる きいろのしょくひん	エネルギー kcal	たんぱく質 g
9	水	多小1年 天真小1年 東小1年	よこかりまるパン	ハンバーグのきのこソースかけ ごぼうサラダ スコッチポロス おめでどうデザート	ぶたにく とりにく ツナ ベーコン ひよこまめ	えのきたけ マッシュルーム しいたけ ごぼう にんじん えだまめ たまねぎ パセリ	パン さとう ごま マヨネーズ フレンチドレッシング じゃがいも おおむぎ ゼリー	663	26.5
10	木	多小1年 天真小1年 東小1年	ごはん	いわしのうめに だいのすいそに ごもくみそしる	いわし さつまあげ だいす ひじき ぶたにく とうふ わかめ みそ	にんじん こまつな ごぼう ねぎ うめ [ほうれんそう]	ごはん こんにやく さとう こめあぶら じゃがいも でんぶん ふ	663	28.1
11	金	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 まめいりござかな	ぶたにく ひよこまめ スキムミルク きゅうにゅう だいす かたくいわし	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 カレールウ さとう ごま でんぶん バター	677	25.2
14	月	1年生は 導入給食 (詳細は下記)	せわりコッパン	ウインナーのトマトソースかけ まめまめサラダ ABCスープ	ぎよにくソーセージ ウインナー あかインゲンまめ しろインゲンまめ インゲンまめ ひよこまめ チーズ ベーコン	きゅうり たまねぎ にんじん キャベツ マッシュルーム パセリ	パン さとう わふうドレッシング マカロニ	623	24.3
15	火	1年生は 導入給食 (詳細は下記)	ごはん	にくみそ かいそうサラダ うーめん	ぶたにく みそ こんぶ あかとさか しろとさか くきわかめ わかめ ちくわ なると あぶらあげ	にんじん ピーマン しょうが きゅうり さやいんげん ねぎ しいたけ たまねぎ トマト	ごはん さとう でんぶん こめあぶら ごま 青じそドレッシング うーめん じゃがいも ふ	651	26.2
16	水		ごはん	コーンしゅうまい (2こ) マーボー豆腐 Fe ヨーグルト	ぎよにくすりみ とうふ ぶたにく だいす みそ ヨーグルト	にんじん ねぎ しいたけ にら しょうが にんにく たけのこ とうもろこし たまねぎ	ごはん さとう でんぶん ごまあぶら こめあぶら こむぎご	659	26.9
17	木		ミルクパン	しろみざかなライ(たくじょうソース) はなやさいサラダ チーズとたまごのふわふわスープ	ホキ ハム ベーコン たまご チーズ	ブロッコリー カリフラワー たまねぎ にんじん キャベツ	パン こめあぶら パンこ こむぎご フレンチドレッシング でんぶん	648	25.3
18	金	多小 東小	ごはん	エビカツ フレンチサラダ ミートボールシチュー	エビ ハム とりにく ぶたにく だいす スキムミルク	キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ マッシュルーム トマト	ごはん こめあぶら フレンチドレッシング じゃがいも ハヤシルウ でんぶん パンこ	694	23.8
21	月	天真小	ごはん	モンテンドーレ きりぼしこんぶのもの からからじり	とりにく こんぶ ぶたにく だいす とうふ みそ	たまねぎ トマト マッシュルーム ラフランス にんじん たけのこ 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 でんぶん	632	30.6
22	火		ココアパン	ケチャップあんにくだんご(2こ) クラムチャウダー アセロラゼリー	とりにく あさり ベーコン きゅうにゅう なまクリーム スキムミルク チーズ	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 バター ゼリー こむぎご パンこ	688	27.0
23	水		ごはん	さばのてりやき きりぼしだいこんとツナのゴマだしあえ めんこいスープ	さば ツナ ぶたにく	きゅうり だいこん にんじん メンマ キャベツ ねぎ とうもろこし きくらげ にんにく	ごはん ばいせんごまドレッシング こめこめん こめあぶら	682	26.1
24	木		わかめごはん	とりつくね じゃがいものそぼろに けんちんじり	わかめ とりにく ぶたにく とうふ あぶらあげ	にんじん たまねぎ えだまめ だいこん ねぎ ごぼう しいたけ	ごはん じゃがいも こんにやく さとう こめあぶら さといも パンこ でんぶん	637	26.8
25	金		しょくパン (いちごジャム)	ツナオムレツ うみのさちサラダ ミネストローネ	たまご ツナ えび いか ベーコン ひよこまめ チーズ	たまねぎ ブロッコリー にんじん キャベツ さやいんげん マッシュルーム にんにく トマト きゅうり	パン サウザンアイランドドレッシング マカロニ こめあぶら ジャム さとう	609	26.6
28	月		ごはん	ぶたにくのオニオンソースかけ わふうポテトサラダ あぶらぶのみそしる	ぶたにく チーズ とうふ [みそ] ぎよにくソーセージ	レモン りんご たまねぎ にんにく にんじん えだまめ だいこん こまつな ねぎ えのきたけ [ほうれんそう]	ごはん さとう じゃがいも ばいせんごまドレッシング マヨネーズ あぶらぶ	662	26.6
29	火		しょうわのひ 昭和の日						
30	水		ごはん	メンチカツ(たくじょうソース) きのこのちゅうかいため かふうコーンたまごスープ	ぶたにく たまご ベーコン とりにく	にんじん にんにく しめじ たけのこ パプリカ えだまめ まいたけ こまつな とうもろこし キャベツ たまねぎ	ごはん こめあぶら さとう でんぶん こめあぶら パンこ こむぎご	670	24.3

はしはまいにちわすれずにもってきましょう。

ぎゅうにゅうはまいにち
つきます。

都合により献立が変更になる場合があります。

4月給食だより

こんげつえいようもくひょう

たの 楽しくなんでも食べよう

ひんぱん 今月の地産品

ほうれんそう・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品を使う予定です。

月平均栄養量

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
1回当りの平均	657 kcal	26.3g	22.7g	2.6g

春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。
 新入生の皆さんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのこと
 と思います。今年度もみなさんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底
 し、心を込めておいしい給食作りに努めていきます。
 1年間よろしくお願ひいたします。



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	使用する主な食べもの
4/14 (月)	せわりコッパン ウインナーのトマトソースかけ おめでどうデザート きゅうにゅう	パン きゅうにゅう ウインナー ゼリー さとう
4/15 (火)	ごはん にくみそ クレープ きゅうにゅう	ごはん きゅうにゅう ぶたにく みそ ピーマン たまねぎ しょうが にんじん トマト こめあぶら クレープ さとう でんぶん

献立表のマークに注目!

カミカミメニュー

しっかりと噛む食材を
使った献立です。月に1度
実施しています。



みんなで一緒に!

学童期に多いアレルギーである
「卵・乳・木の实類」を
使用しない献立です。



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。



給食の決まり 食事のきまりを守りましょう

<p>給食の前に、 机の上を 片付けよう。</p>	<p>手をきれいに洗おう。</p>	<p>給食当番は 身支度を整え、 健康チェックを しよう。</p>
<p>協力して準備をしよう。</p>	<p>全員の給食がそろったら、 「いただきます」の あいさつをする</p>	<p>姿勢よく、持てる 食器は手に持って 食べよう。</p>
<p>食べ物は、食べやすい 大きさにして、よくかんで 食べよう。</p>	<p>時間内に食べ終わる ようしよう。</p>	<p>食器は大切にしよう。</p>

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。

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。

