



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	E kcal	たんぱく質 g		
9	木	城南小1年 山王小1年 八幡小1年	ごはん	とりつくね じゃがいものそばろに けんちんじる	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 でんぶん こめあぶら さといも パンこ はつがけんまい	635	26.6		
10	金	城南小1年 山王小1年 八幡小1年	せんいパン (チョコクリーム)	ハムカツ かいそうサラダ ABCスープ	ハム くきわかめ わかめ あかとさか こんぶ しろとさか ちくわ ベーコン	きゅうり にんじん キャベツ マッシュルーム たまねぎ パセリ	パン こめあぶら ごま パンこ あおじそドレッシング でんぶん マカロニ チョコクリーム	624	20.7		
13	月	城南小1年 山王小1年 八幡小1年	ごはん	ぶたにくのしょうがやき もやしときゅうりのメンマあえ ばるさめスープ Feヨーグルト	ぶたにく とりにく ヨーグルト	もやし メンマ きゅうり にんじん ねぎ たけのこ しいたけ しょうが	ごはん ごまあぶら はるさめ	634	30.3		
14	火	1年生は 導入給食 (詳細は下記)	ごはん	にくみそ ☆じゃがもちじる おいわいデザート	ぶたにく みそ なた あぶらあげ	にんじん ビーマン しょうが だいこん ねぎ たまねぎ トマト にんにく	ごはん さとう でんぶん こめあぶら じゃがいも ぶ いちごのレアチーズふうデザート	712	25.2		
15	水	1年生は 導入給食 (詳細は下記)	ミルクパン	チーズインハンバーグ ごぼうサラダ スコッチブロス	とりにく チーズ ツナ ベーコン ひよこまめ	ごぼう にんじん トマト えだまめ たまねぎ パセリ	パン ごま マヨネーズ フレンチドレッシング じゃがいも あおむぎ パンこ さとう でんぶん こむぎこ	639	24.2		
16	木		むぎごはん	フルーツポンチ ポークカレー とっとチーズ	ぶたにく きゅうりゆう スキムミルク ひよこまめ かたくちいわし チーズ	もも パイン レモン にんじん たまねぎ にんにく	ごはん おおむぎ ゼリー パター じゃがいも カレールウ アーモンド さとう ごま	699	24.3		
17	金	城南小 八幡小	ごはん	ぶたにくのポークチャップふうみやき わかめとツナのサラダ きのこたまごのスープ	ぶたにく わかめ ツナ たまご なた	とうもろこし きゅうり にんにく レモン しめじ こまつな	ごはん さとう ごまあぶら フレンチドレッシング でんぶん	592	28.2		
20	月	山王小	バターロールパン	ぶたにくのポークチャップふうみやき わかめとツナのサラダ きのこたまごのスープ	ぶたにく わかめ ツナ たまご なた	とうもろこし きゅうり にんにく レモン しめじ こまつな	パン さとう ごまあぶら フレンチドレッシング でんぶん	576	29.4		
21	火		ごはん	モンテンドーレ きりぼしこんぶのもの からからじる	とりにく こんぶ みそ ぶたにく だいず とうふ	たまねぎ トマト マッシュルーム にんじん ラフランス たけのこ えだまめ ごぼう ねぎ だいこん	ごはん こめあぶら さとう ごま こんにやく でんぶん	632	30.5		
22	水		ごはん	コーンしゅうまい(2こ) マーボー豆腐 ヨーグルト	ぎょにくすりみ とうふ ぶたにく だいず みそ ヨーグルト	にんじん ねぎ いら しいたけ 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 パンこ こむぎこ	692	27.2		
23	木		ミルクパン	ケチャップあんにくだんご(2こ) キャベツとコーンのサラダ クラムチャウダー	とりにく あさり ベーコン ぎゅうりゆう なまクリーム チーズ スキムミルク	キャベツ きゅうり とうもろこし にんじん たまねぎ えだまめ マッシュルーム	パン じゃがいも コーンクリームドレッシング バター パンこ さとう でんぶん	667	26.7		
24	金		ごはん	ぶたにくのオニオンソースかけ ひじきのカラフルいため めんこいスープ	ぶたにく ひじき だいず あぶらあげ ベーコン	レモン りんご メンマ たまねぎ にんにく ねぎ パプリカ えだまめ にんじん キャベツ とうもろこし きくらげ	ごはん さとう こんにやく こめあぶら こめこめん	678	29.0		
27	月		ごはん	はるまき ごますあえ にくじゃが	あぶらあげ ぶたにく ちくわ とりにく	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 たけのこ キャベツ	ごはん こめあぶら ごま さとう じゃがいも こんにやく でんぶん はるさめ こむぎこ	733	24.1		
28	火		ココアパン	トマトミートオムレツ パスタサラダ ウインナーとやさいのスープ グレープゼリー	たまご とりにく ツナ ウインナー	きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし パセリ えのきたけ	パン スパゲッティ マヨネーズ じゃがいも フレンチドレッシング でんぶん ゼリー	718	22.6		
29	火		しょうわのひ 昭和の日								
30	木		わかめごはん	さばのてりやき きりぼしだいこんとツナのコマドれあえ とんじる	わかめ さば ツナ ぶたにく とうふ みそ	きゅうり だいこん にんじん ごぼう ねぎ はくさい	ごはん じゃがいも さとう ごまドレッシング こめあぶら	714	29.0		

はしはまいにちわすれずにもってきましょう。

ぎゅうりゆうはまいにち
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

こんげつ 今月の地場産品

ねぎ・みそ

献立表で□印がついている食材は多賀城市の
地場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	663kcal	26.5g	23.7g	2.7g

いよいよ新しい学年での生活がスタートします。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。

栄養バランスのとれた食事で子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全
や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めてまいります。

1年間よろしくお願いたします。

学校給食は「食」を学ぶ時間です!

給食には、たくさんの学びが詰まっています

栄養バランス

食品の種類
や特徴

感謝の心

食料の生産
・流通・消費

ふるさとの食文化

よりよい人間関係の形成

食事の喜び
・楽しさ

世界の食文化

食に関する知識
・理解・関心

日本の伝統行事と行事食

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。

★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、酒がすが入り、学校給食風にアレンジしています。

献立表のマークに注目!

食育の日メニュー

学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。

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。

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。

気を付けて食べましょう

一口で飲み込まずにハムスターの
ように少しずつ食べましょう。



給食が
はじまります!

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	こんだてめい 献立名	しようする主な食べもの
4/14 (火)	ごはん にくみそ おいわいデザート ぎゅうりゆう	ごはん ぎゅうりゆう にんじん ビーマン ぶたにく たまねぎ トマト にんにく しょうが いちごのレアチーズふうデザート
4/15 (水)	ミルクパン チーズインハンバーグ クレープ ぎゅうりゆう	パン ぎゅうりゆう とりにく パンこ こむぎこ チーズ トマト でんぶん クレープ