



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	多賀城小1年 天真小1年 東小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 ごんぶ 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 チョココリーム	624	20.7
10	金	多賀城小1年 天真小1年 東小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 はるまきスープ 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 ごめあぶら はるまき	634	30.3
13	月	多賀城小1年 天真小1年 東小1年	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 なると あぶらあげ	にんじん ピーマン たまねぎ トマト にんにく しょうが だいこん ねぎ	ごはん さとう でんぶん こめあぶら じゃがいも ふ いちごのレアチーズふうデザート	712	25.2
14	火	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
15	水	1年生は 導入給食 (詳細は下記)	ごはん	ポークカレー フルーツポンチ とつとチーズ	ぶたにく きゅうにゅう 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 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	674	23.8
16	木		ごはん	さばのみそに さつまいもとえだまめのサラダ うーめんじる	さば みそ ハム なると あぶらあげ	えだまめ にんじん しょうが さいいんげん ねぎ しいたけ	ごはん さつまいも マヨネーズ うーめん じゃがいも ふ さとう	624	25.4
17	金	多賀城小 東小	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 とりにく たまご なると	とうもろこし きゅうり レモン しめじ こまつな にんにく	パン さとう ごめあぶら フレンチドレッシング でんぶん	576	29.4
20	月	天真小	ごはん	モンテンドーレ きりぼしごんぶのもの からからじる	とりにく ごんぶ みそ ぶたにく だいす 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
21	火		ごはん	コーンしゅうまい (2こ) モーボー豆腐 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 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 ごめあぶら こめあぶら パンこ こむぎこ	692	27.2
22	水		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 きゅうにゅう 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	653	25.9
23	木		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 だいす 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
24	金		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 さいいんげん 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 はるまき こむぎこ	733	24.1
27	月		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
28	火		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ゴマドレあえ 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
29	火		しょうわのひ 昭和の日						
30	木		ごはん	イカメンチ きのこのちゅうかいため まめふじる	たらすりみ いか ぶたにく なると あぶらあげ	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 だいこん ねぎ たまねぎ	ごはん こめあぶら さとう でんぶん じゃがいも ふ パンこ こむぎこ なたねあぶら	616	25.0

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

たのしくなんでも食べよう

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	661kcal	26.2g	23.2g	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。

牛乳の供給業者と牛乳パックが変わります!!

4月から牛乳の供給業者が変更になりました。変更に伴い、牛乳パックもストローレス(直飲み)タイプに変更になります。ストローレスなど、脱プラスチック等の取り組みは、環境保全に対する意識を高める機会につながると考えます。ご理解いただきますよう、お願いいたします。なお、牛乳の内容成分については、変更はありません。

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

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。



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。

献立日	献立名	使用する主な食べもの
4/14(火)	ミルクパン チーズインハンバーグ クレープ きゅうにゅう	パン きゅうにゅう 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
4/15(水)	ごはん ポークカレー おいわいデザート きゅうにゅう	ごはん きゅうにゅう ぶたにく じゃがいも にんじん たまねぎ ひよこまめ にんにく パター スキムミルク カレールウ いちごのレアチーズふうデザート