

令和6年度

## 4月の給食献立予定表

## ・ ノリマン 中日 JC ロバーエーリー グロック 合志市立西合志南中学校

_	15 1				<b>ルナル/ナイフ</b>	年 ノー し 十 つ	<b>生を記ったおころ</b>		
$\Box$	曜	パン・ごはん	牛乳	おかず	体を形成する (タンパク質・無機質)	働く力となる (糖質・脂質)	体の調子を整える (ビタミン類)	エネルギー タンパク質	お知らせ
			Į	ポークカレー	牛乳 豚肉 チーズ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 バター	たまねぎ 人参 にんにく	800	新学期のスタートです。
10	水	麦ごはん	牛乳	グリーンサラダ	とりささみ	油 砂糖	きゅうり キャベツ コーン缶	24.6	しっかり食べて元気に過ご
									しましょう。
11	木	ミルクパン	牛乳	親子うどん	牛乳 鶏肉 たまご ちくわ	ミルクパン うどん麺	たまねぎ 人参 しいたけ ねぎ	722	·
				カシューナッツサラダ	ツナ	カシューナッツ 砂糖 油	キャベツ きゅうり	30.6	10日 ポークカレー
						,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	11 2 3 3 3		西南中のカレーは小麦粉・
	金	ゆかりごはん	491	豆腐のすまし汁	牛乳 豆腐 かまぼこ わかめ	米 麦	ゆかり 人参 たまねぎ ねぎ	701	バターでルウを作ります。
12				ホキ天玉揚げ	ホキ天玉揚げ	油	7,0 7,75 ,65,100 100		2種類のカレー粉を混ぜて
				三色なます	71. 1 7( 12.1%) 7	砂糖ごま	大根 きゅうり	20.0	作る給食室のオリジナルカ
15	月	食パン	牛乳	チキンビーンズ	牛乳 鶏肉 大豆		たまねぎ 人参 しめじ にんにく	703	レーです。
				海藻サラダ	海藻 ちりめん	砂糖油ごま油ごま		27.6	· = -
				一角深りフラ いちごジャム	海深 クリめん	いちごジャム	キャベツ きゅうり	21.0	19日《食育の日》
				じゃがいものうま煮	바의 행호 성토병( * + */› * t 년	米麦 じゃがいも こんにゃく		704	19日 《艮月の日/    今月は山鹿鹿本地域の味です
16	火	麦ごはん	<b>#</b> ¶						
				わかめの酢の物	わかめ ちりめん	砂糖 油 ごま油 ごま	キャヘツ さゆうり	25.5	毎月19日は食育の日として
				ふりかけ	ふりかけ	<del></del>			熊本の各地域の味を紹介し
17	水	麦ごはん	#¥.	たまねぎのみそ汁		米 麦	たまねぎ 人参 えのきたけ		ます(日にちは前後するこ
				いわしのみぞれ煮	いわしみぞれ煮		しいたけ ねぎ きゅうり	27.5	とがあります)。
				ゆかりあえ	とりささみ	ごま	キャベツ コーン缶 ゆかり		山鹿・鹿本地域は山の幸が
18	木	コッペパンカット	牛乳	スパゲテイミートソース					豊富です。この時期はたけ
				フルーツヨーグルト	ヨーグルト 生クリーム	砂糖	にんにく パセリ	27.1	のこが多く
							みかん缶 もも缶 パイン缶		穫れます。 🦓 🧑
				食育の日〈ふるる	さとくまさんデー〉今	月は山鹿鹿本地域の味	です		
10	소		<b>~</b>	<b>食育の日〈ふる</b> るかきたま汁	<b>さとくまさんデー〉今</b> 牛乳 たまご 豆腐	,	<b>です</b> 人参 たまねぎ えのきたけ	765	
19	金	古代米ごはん	牛乳		. — . — . — . — . — . — . — .	,			23日 《やさ塩デー》
19	金	古代米ごはん	牛乳	かきたま汁	牛乳 たまご 豆腐	米 古代米 じゃがいも	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ		23日 《やさ塩デー》 毎月1回、特に薄味を心が
19	金	古代米ごはん	_	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ	米 古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ	26.0	**
19 22		古代米ごはん	_	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ	米 古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん	26.0 719	毎月1回、特に薄味を心が
		白い木にはん	#¶ #¶	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐	米 古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白菜 きくらげ	26.0 719	毎月1回、特に薄味を心が けたメニューを紹介します。
		白い木にはん	牛乳	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ	米 古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白葉 きくらけ チンゲンサイ 大根 きゅうり	26.0 719 29.2	毎月1回、特に薄味を心が けたメニューを紹介します。 だしや素材の味を活かして
22	月	白い木にはん	牛乳	かきだま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆	米 古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ 砂糖 でんぷん	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白菜 きくらけ チンゲンサイ	26.0 719 29.2	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。
22	月	パインパン	_	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁 厚焼きたまご	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆 牛乳 鶏肉 油揚げ	米 古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ 砂糖 でんぷん	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白葉 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ	26.0 719 29.2 753	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。
22	月	パインパン	+ÿl +ÿl +ÿl	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆 牛乳 鶏肉 油揚げ 厚焼きたまご しそ昆布	米 古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ 砂糖 でんぷん 米 麦 すいとん	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白葉 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ きゅうり	719 29.2 753 27.3	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。
22	月火	パインパン	+ÿl +ÿl +ÿl	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁 厚焼きたまご きゅうりの昆布和え	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆 牛乳 鶏肉 油揚げ 厚焼きたまご しそ昆布	米 古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ 砂糖 でんぷん 米 麦 すいとん	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白葉 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ きゅうり	719 29.2 753 27.3	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。
22	月火	パインパン麦ごはん	牛乳	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁 厚焼きたまご きゅうりの昆布和え ハヤシライス	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆 牛乳 鶏肉 油揚げ 厚焼きたまご しそ昆布 牛乳 キ肉白いんげん豆チース	米古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ 砂糖 でんぷん 米麦 すいとん **麦油 小麦粉 バター テミグラ ノンエッグマヨ ねりごま	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白菜 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ きゅうり たまねぎ 人参 しめじ にんにく	719 29.2 753 27.3	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。 給食でも合志産や熊本県産の農産物を使って地域でとれる物を地域で消費したい
22	月火	パインパン麦ごはん	牛乳	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁 厚焼きたまご きゅうりの昆布和え ブロッコリーサラダ	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆 牛乳 鶏肉 油揚げ 厚焼きたまご しそ昆布 牛乳 キ肉白いんげん豆チース とりささみ	米古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ 砂糖 でんぷん 米麦 すいとん ** 麦油 小麦粉 パター テミグラ ノンエッグマヨ ねりごまごま 砂糖	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白菜 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ きゅうり たまねぎ 人参 しめじ にんにく しょうが トマトピューレ キャベツきゅうり ブロッコリー	719 29.2 753 27.3 801 25.5	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。 給食でも合志産や熊本県産の農産物を使って地域でとれる物を地域で消費したいと思います。「地産地消」
22 23 24	月火水	パインパン 麦ごはん 麦ごはん	牛乳	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁 厚焼きたまご きゅうりの昆布和え ハヤシライス ブロッコリーサラダ	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆 牛乳 鶏肉 油揚げ 厚焼きたまご しぞ昆布 牛乳 キ肉 白いんげん豆 チース とりささみ	米古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ 砂糖 でんぷん 米麦 すいとん ** 麦油 小麦粉 パター デミグラ ノンエッグマヨ ねりごま ごま 砂糖 食パン じゃがいも 小麦粉 油	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白菜 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ きゅうり たまねぎ 人参 しめじ にんにく しょうが トマトピューレ キャベツ きゅうり ブロッコリー たまねぎ キャベツブロッコリー	26.0 719 29.2 753 27.3 801 25.5	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。 給食でも合志産や熊本県産の農産物を使って地域でとれる物を地域で消費したいと思います。「地産地消」といいます。お米は、年間
22 23 24	月火水	パインパン麦ごはん	+ÿl +ÿl +ÿl	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁 厚焼きたまご きゅうりの昆布和え ハヤシライス ブロッコリーサラダ 春キャベツのシチュー アーモンドサラダ	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆 牛乳 鶏肉 油揚げ 厚焼きたまご しぞ昆布 牛乳 キ肉 白いんげん豆 チーズ とりさざみ 牛乳 鶏肉 ベーコン チーズ 白いんげん豆 生クリーム	米古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ 砂糖 でんぷん 米麦 すいとん ** 麦油 小麦粉 パター デミグラ ノンエッグマヨ ねりごま ごま 砂糖 食パン じゃがいも 小麦粉油 バター 砂糖 アーモンド	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白菜 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ きゅうり たまねぎ 人参 しめじ にんにく しょうが トマトピューレ キャベツきゅうり ブロッコリー たまねぎ キャベツブロッコリー	26.0 719 29.2 753 27.3 801 25.5	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。 給食でも合志産や熊本県産の農産物を使って地域でとれる物を地域で消費したいと思います。「地産地消」といいます。お米は、年間を通して合志産のものです。
22 23 24	月火水	パインパン 麦ごはん 麦ごはん	牛乳	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁 厚焼きたまご きゅうりの昆布和え ブロッコリーサラダ 春キャベツのシチュー アーモンドサラダ マーシャルビーンズ	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆 牛乳 鶏肉 油揚げ 厚焼きたまご しぞ昆布 牛乳 キ肉 白いんげん豆 チーズ とりささみ 牛乳 鶏肉 ベーコン チーズ 白いんげん豆 生クリーム チキンハム	米古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ 砂糖 でんぷん 米麦 すいとん ** 麦油 小麦粉 パター デミグラ ノンエッグマヨ ねのごま ごま 砂糖 食パン じゃがいも 小麦粉油 バター 砂糖 アーモンドマーシャルビーンズ	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白菜 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ きゅうり たまねぎ 人参 しめじ にんにく しょうが トマトピューレ キャベツきゅうり ブロッコリー たまねぎ キャベツブロッコリー 人参 大根 きゅうり コーン缶	719 29.2 753 27.3 801 25.5 871 29.2	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。 給食でも合志産や熊本県産の農産物を使って地域でとれる物を地域で消費したいと思います。「地産地消」といいます。お米は、年間を通して合志産のものです。今月は、ほかにも
22 23 24 25	月火水木	プインパン 麦ごはん 食パン	牛乳	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁 厚焼きたまご きゅうりの昆布和え ブロッコリーサラダ 春キャベツのシチュー アーモンドサラダ マーシャルビーンズ 麻婆春雨	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆 牛乳 鶏肉 油揚げ 厚焼きたまご しそ昆布 牛乳 キ肉 白いんげん豆チース とりささみ 牛乳 鶏肉 ベーコンチーズ 白いんげん豆 生クリーム チキンハム 牛乳 豆腐 豚肉 牛肉 大豆 みそ	米古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ 砂糖 でんぷん 米麦 すいとん **を油小麦粉パター デミグラ ノンエッグマヨ ねりごま ごま 砂糖 食パン じゃがいも小麦粉油 パター 砂糖 アーモンド マーシャルビーンズ 米麦 砂糖 はるさめ ごま油	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白葉 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ きゅうり たまねぎ 人参 しめじ にんにく しょうが トマトピューレ キャベツ きゅうり ブロッコリー たまねぎ キャベツ ブロッコリー 人参 大根 きゅうり コーン缶 たまねぎ 人参 ねぎ にんにく	26.0  719 29.2  753 27.3  801 25.5  871 29.2	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。 給食でも合志産や熊本県産の農産物を地域で消費したいと思います。「地産地消」といいます。お米は、年間を通して合志産のものです。今月は、ほかにもきゅうり・ねぎ
22 23 24	月火水木	パインパン 麦ごはん 麦ごはん	牛乳	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんぴら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁 厚焼きたまご きゅうりの昆布和え ブロッコリーサラダ 春キャベツのシチュー アーモンドサラダ マーシャルビーンズ	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆 牛乳 鶏肉 油揚げ 厚焼きたまご しぞ昆布 牛乳 キ肉 白いんげん豆 チーズ とりささみ 牛乳 鶏肉 ベーコン チーズ 白いんげん豆 生クリーム チキンハム	米古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ 砂糖 でんぷん 米麦 すいとん ** 麦油 小麦粉 パター デミグラ ノンエッグマヨ ねのごま ごま 砂糖 食パン じゃがいも 小麦粉油 バター 砂糖 アーモンドマーシャルビーンズ	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白菜 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ きゅうり たまねぎ 人参 しめじ にんにく しょうが トマトピューレ キャベツ きゅうり ブロッコリー たまねぎ キャベツ ブロッコリー 人参 大根 きゅうり コーン缶 たまねぎ 人参 ねぎ にんにく しょうが しいたけ 切干大根	26.0  719 29.2  753 27.3  801 25.5  871 29.2	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。 給食でも合志産や熊本県産の農産物を地域で消費したいと思います。「地産地消」といいます。お米は、年間を通して合志産のものです。今月は、ほかにもきゅうり・ねぎなどの合志産
22 23 24 25	月火水木	プインパン 麦ごはん 食パン	牛乳	かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんびら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁 厚焼きたまご きゅうりつイス ブロッコリーサラダ 春キャベツのシチュー アーモンドサラダ マーシャルビーンズ 麻婆春雨 切干大根の中華あえ	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆 牛乳 鶏肉 油揚げ 厚焼きたまご しそ昆布 牛乳 キ肉白いんげん豆チース とりささみ 牛乳 鶏肉 ベーコンチース 白いんげん豆 生クリーム チキンハム 牛乳 豆腐 豚肉 牛肉 大豆 みそ ツナ	米古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ パインパンマヨ 砂糖 でんぷん 米麦 すいとん ** 麦油 小麦粉 パター デミグラ ノンエッグマヨ ねりごま 砂糖 食パン じゃがいも 小麦粉 油 バター 砂糖 アーモンド マーシャルビーンズ 米麦 砂糖 はるさめ ごま油 でんぷん 油	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白葉 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ きゅうり たまねぎ 人参 しめじ にんにく しょうが トマトピューレ キャベツきゅうり ブロッコリー たまねぎ キャベツ ブロッコリー 人参 大根 きゅうり コーン缶 たまねぎ 人参 ねぎ にんにく しょうが しいたけ 切干大根 キャベツ 枝豆 コーン缶	26.0  719 29.2  753 27.3  801 25.5  871 29.2  782 29.2	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。 給食でも合きでは、ないます。「地産地消」といいます。「地産地消」といいます。お米は、年間を通して合志産のものです。今月は、ほかにもきゅうり・ねぎなどの合を使う
22 23 24 25 26	月火水木金	プインパン 麦ごはん 食パン 麦ごはん		かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんびら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁 厚焼きたまご きゅうりライス ブロッコリーサラダ 春キャベツのシチュー アーモンドサラダ マーシャルビーンズ 麻婆春雨 切干大根の中華あえ 魚そうめん汁	牛乳 たまご 豆腐         きびなごのカリカリフライ         牛乳 ミートボール 豆腐         ツナ         大豆         牛乳 鶏肉 油揚げ         厚焼きたまご         レぞ昆布         牛乳 鶏肉 ベーコン チーズ         とりささみ         牛乳 鶏肉 ベーコン チーズ         白いんげん豆 生クリーム         チキンハム         牛乳 豆腐 豚肉 牛肉 大豆 みそ         ツナ         ひじき 牛乳 大豆 油揚げ 鶏肉	米古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ ノンエッグマヨ 砂糖 でんぷん 米麦 すいとん **を油小麦粉パター デミグラ ノンエッグマヨ ねりごま ごま 砂糖 食パン じゃがいも小麦粉油 パター 砂糖 アーモンド マーシャルビーンズ 米麦 砂糖 はるさめ ごま油	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白葉 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ きゅうり たまねぎ 人参 しめじ にんにく しょうが トマトピューレ キャベツきゅうり ブロッコリー たまねぎ キャベツ ブロッコリー 人参 大根 きゅうり コーン缶 たまねぎ 人参 ねぎ にんにく しょうが しいたけ 切干大根 キャベツ 枝豆 コーン缶	26.0  719 29.2  753 27.3  801 25.5  871 29.2  782 29.2  801	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。 給食でも合きでで、地域では、年間を通しています。お米は、年間を通して合志産のものです。今月は、ほかにもきゅうり・ねぎなどの合きでで、おいます。などの合志をの材料を使う
22 23 24 25	月火水木金	プインパン 麦ごはん 食パン		かきたま汁 きびなごのカリカリフライ たけのこのきんびら 春雨と肉団子のスープ だいこんサラダ ココア大豆 だんご汁 厚焼きたまご きゅうりつイス ブロッコリーサラダ 春キャベツのシチュー アーモンドサラダ マーシャルビーンズ 麻婆春雨 切干大根の中華あえ	牛乳 たまご 豆腐 きびなごのカリカリフライ 牛乳 ミートボール 豆腐 ツナ 大豆 牛乳 鶏肉 油揚げ 厚焼きた 七乳 鶏肉 から	米古代米 じゃがいも でんぷん 油 こんにゃく 砂糖 ごま パインパン はるさめ パインパンマヨ 砂糖 でんぷん 米麦 すいとん ** 麦油 小麦粉 パター デミグラ ノンエッグマヨ ねりごま 砂糖 食パン じゃがいも 小麦粉 油 バター 砂糖 アーモンド マーシャルビーンズ 米麦 砂糖 はるさめ ごま油 でんぷん 油	人参 たまねぎ えのきたけ ねぎ たけのこ いんげん たまねぎ 人参 白葉 きくらげ チンゲンサイ 大根 きゅうり こまつな 大根 人参 ごぼう えのきたけ しいたけ きゅうり たまねぎ 人参 しめじ にんにく しょうが トマトピューレキャベツ きゅうり ブロッコリー 人参 大根 きゅうり コーン缶 たまねぎ キャベツ 枝豆 コーン缶 たまねぎ 人参 いんげん えのきたけ たまねぎ ねぎ	26.0  719 29.2  753 27.3  801 25.5  871 29.2  782 29.2	毎月1回、特に薄味を心がけたメニューを紹介します。だしや素材の味を活かして塩分をおさえただんご汁を味わってください。 給食でも合きでは、ないます。「地産地消」といいます。「地産地消」といいます。お米は、年間を通して合志産のものです。今月は、ほかにもきゅうり・ねぎなどの合を使う

ご入学・ご連級 おめでとう ございます



色とりどりの花が春の日差しを受けて咲き誇る なか、新学期がスタートしました。新しい学年に なり、気持ちまでわくわくしてきますね。

日々成長している中学生期、一日一日を大切に 体も心も大きくなってほしいと思います。給食室 もおいしく楽しい給食作りで応援します。

給食はよくか

## 給食当番は大事な仕事〈4月の給食目標:協力して準備をしよう〉

給食当番は、エプロン・帽子・マスクをつけて、みんなで協力して準備をします。

- ※エプロン・帽子・マスクをつける理由
- ①やけどなどの事故を防ぐため
- ②服についたほこりや髪の毛などが、食べ物に入らないように するため
- ③制服を汚さないようにするため
- 4給食当番の仕事がしやすいようにするため
- ⑤食べ物を衛生的に取り扱うことができるため

総食は大人数で一度に食事をします。みんなが安心して 給食を食べられるように、衛生的に食べ物を扱いましょう。 もちろん手洗いもきちんとするようにしましょう。

もちろんま洗いもきちんとするようにしましょう。
★食べる時間にゆとりがもてるように準備をすばやく行いましょう!
★給食は学びの時間です。ふざけて食べたりすることがないようにしましょう。/

★毎日の給食で、ランチマットを使います。大きめのハンカチやお弁当包みなどでかまいません。毎日持ち帰り、洗濯してもってきてください。忘れないようにお願いします。

本年度、給食室は西合志中学校より河津武徳先生をお迎えして、今までのメンバー坂田・川端・矢越・利岡・堀川・川崎・林田・田上・福永・安永・塩見で、安全でおいしい 給食を作っていきます。新鮮で安全な食材を使用し、郷土料理や行事食 などいろいろな献立を取り入れていきたいと思います。

どうぞよろしくお願いいたします。



※都合により献立および材料を変更することがあります。ご了承ください。

きれいに手を洗おク!!°ℂ