



4月 こんだてよていひょう



今月の目標
楽しく食べよう

令和6年度 錦町学校給食センター

日	曜	連絡	主食	牛乳	おかず	おもなざいりょう			えいようりょう		ひとくちメモ
						あか	きいろ	みどり	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
10	水		ビーフカレー	牛乳	ごはんにかけて食べよう スパゲッティサラダ ふくじんづけ・おいわいクレープ	あか ちやにくやほねになる ぎゅうにゅう ツナ ぎゅうにく しろけんげんまめ とうにゅう	きいろ ねつやちからになる こめ じゃがいも あぶら スパゲッティ マヨネーズ ごま さとう みずあめ こめこ	みどり からだのちょうしをとのえる たまねぎ にんじん しょうが にんにく きゅうり だいこん なす れんこん いちご	小 714	21.2	12日 スタミナサラダ 豚肉とにんにくを下ゆでし、キャベツ、きゅうり、人参、えのきを手作りのドレッシングで和えました。人気メニューの1つです。
11	木		ごはん	牛乳	ぶりのてりやき おかかあえ あつあげのみそしる	ぎゅうにゅう ぶり あつあげ かつおぶし わかめ みそ	こめ さとう でんぶん ごまあぶら しょうが もやし きゅうり にんじん ねぎ たまねぎ えのきたけ しいたけ	小 615	26.6		
12	金	一木 武上 小中 止	ミルクパン(小) あげパン(中)	牛乳	スタミナサラダ ポトフ	きなこ ベーコン ぎゅうにゅう だいず ぶたにく	パン あぶら さとう ごまあぶら じゃがいも にんにく キャベツ きゅうり にんじん えのきたけ たまねぎ ブロッコリー	小 588	22.2		
15	月		むぎごはん	牛乳	マーボー豆腐 シューマイ パンサンスー	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく こうや豆腐 みそ とりにく ハム	こめ むぎ さとう ごまあぶら ラード でんぶん はるさめ こむぎこ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ コーン しいたけ きゅうり きくらげ	小 622	24.7	18日 たけのごごはん 食べ物には一番おいしくて、栄養たっぷりな時期、「旬」があります。今日は旬のたけのこを使った「たけのごごはん」です。地元でとれた、たけのこを使用しました。
16	火		わかめごはん	牛乳	かぼちゃコロッケ ブロッコリーサラダ みそけんちんじる	わかめ ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ とりにく ちくわ とうふ みそ	こめ むぎ あぶら さとう ラード パンこ でんぶん こむぎこ マヨネーズ こんにやく じゃがいも	かぼちゃ たまねぎ ねぎ ブロッコリー にんじん ごぼう しょうが	小 615	21.4	
17	水		ごはん	牛乳	さかなのみそマヨやき ひじきのいりに そぼろじる	ぎゅうにゅう ホキ みそ ひじき あぶらあげ だいず とりにく あつあげ	こめ さとう あぶら でんぶん マヨネーズ	にんじん いんげん たまねぎ ねぎ しいたけ	小 611	27.8	
18	木		たけのごごはん	牛乳	たまごやき カリカリあえ うどん	とりにく あぶらあげ たまご ぎゅうにゅう ちくわ こんぶ	こめ むぎ あぶら さとう ごま うどん	たけのこ しいたけ にんじん いんげん キャベツ きゅうり だいこん たまねぎ ねぎ	小 615	23.9	19日 いちご JA球磨より人吉・球磨産のいちごを提供していただきました。感謝して食べましょう。
19	金		セルフサンド	牛乳	パンにウインナーのガチャップ ソースをはさんで食べよう コーンポタージュ いちご	ぎゅうにゅう ベーコン チーズ ウインナー しろいんげんまめ	パン さとう じゃがいも あぶら	たまねぎ にんじん コーン ぶなしめじ パセリ いちご	小 585	24.3	
22	月		なんかんあげどん	牛乳	ごはんにくきのせて食べよう れんこんサラダ いりことナッツのミルクあえ	ぎゅうにゅう あぶらあげ たまご とりにく ハム だいず いりこ	こめ むぎ さとう でんぶん マヨネーズ アーモンド	たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ れんこん きゅうり えだまめ	小 654	27.5	23日 鶏肉のからあげ 鶏肉のからあげは人気メニューの1つです。給食センターのからあげは、にんにく、しょうが、こいくちしょうゆを合わせた調味液に鶏肉を漬けて、小麦粉と片栗粉をまぶして油で揚げて作ります。サクッとジューシーなからあげを味わって食べて下さい。
23	火		ごはん	牛乳	さばのおしやき ハリハリサラダ のっぺいじる	ぎゅうにゅう さば ちりめん とりにく あつあげ	こめ ごま さとう こんにやく さとも でんぶん	きりぼしだいこん きゅうり にんじん たまねぎ ねぎ しいたけ	小 615	28.5	
24	水		チキンライス	牛乳	キャベツとくだんごのスープ フルーツヨーグルト	とりにく だいず ぎゅうにゅう ぶたにく かんてん とうにゅう ヨーグルト	こめ むぎ あぶら パンこ でんぶん さとう	たまねぎ マッシュルーム グリンピース キャベツ にんじん ブロッコリー しいたけ ねぎ みかん バイン もも りんご ぶどう	小 600	22.6	
25	木		むぎごはん	牛乳	さかなのかばやき マヨネーズあえ とうにゅういりぶたじる	ぎゅうにゅう ホキ ちくわ ぶたにく とうにゅう とうふ みそ	こめ むぎ あぶら さとう でんぶん じゃがいも マヨネーズ	しょうが キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ ごぼう ねぎ	小 615	24.6	
26	金		ドライカレー	牛乳	ごはんにくきのせて食べよう クリームシチュー	ぎゅうにゅう ぶたにく こうや豆腐 とりにく しろいんげんまめ	こめ じゃがいも パター	にんじん たまねぎ しょうが えだまめ コーン パセリ	小 648	23.6	
30	火		キムタクごはん	牛乳	とりにくのからあげ もやしのナムル スーミータン	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう ちりめん たまご	こめ むぎ ごまあぶら こむぎこ でんぶん あぶら ごま さとう	にんじん なら しょうが もやし キムチ たくあん にんにく きゅうり コーン たまねぎ パセリ	小 621	24.4	

*都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

*ハムとベーコン、ウインナーは卵、乳不使用のものを使っています。*マヨネーズは卵不使用のものを使っています。



給食はじまります!

学校給食は、子どもたちの成長を考えて、成長期に必要な栄養の量やバランスを考えて作っています。旬の食材や地元の食材を取り入れるなど、食育の一部を担っています。また、給食の時間は単に食事としての役割だけでなく、望ましい食習慣や食事と健康の知識、食事のマナー等を学ぶ学習の場でもあります。

子どもたちの心と体の栄養源となるよう、安全安心で、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきます。よろしくお願いたします。

給食当番の衛生チェック

髪の毛が出ないように帽子をかぶる

マスクで鼻と口をおおう

髪が長い人は結びましょう

手はせっけんできれいに洗う

清潔な白衣(エプロン)を身につける

爪は短く切っておきましょう

清潔なハンカチを用意する

おなかの調子が悪い、吐き気がするなど、体調が悪い人は、当番を交代してもらってください。

白衣を床でたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。