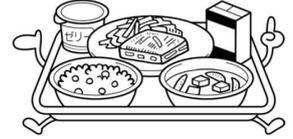


4月のこんだてひょう

給食がはじまります！



南陽市立漆山小学校

日	こんだて		ねつ ちから 熱や力になるもの	からだ 体をつくるもの	からだ ちよし 体の調子をととのえるもの
			きいろのたべもの	あかのたべもの	みどりのたべもの
11 (月)		 チキンライス やさいスープ・くだもの	ごはん・バター	ぎゅうにゅう・とりこく ベーコン	たまねぎ・マッシュルーム にんじん・グリーンピース・コーン キャベツ・セロリ・えのき・オレンジ
12 (火)		 ごはん・すましじる ぶたにくとはるさめのいためもの・くだもの	ごはん・はるさめ サラダあぶら・ごま	ぎゅうにゅう・わかめ はななとど・とうふ かつおぶし・ぶたにく	ねぎ・にんじん・えのき・しょうが たまねぎ・もやし・チンゲンさい たけのこ・ほしいたけ・いちご
13 (水)		 わかめごはん・あおなのスープ とりこくのからあげ・コロコロサラダ	ごはん・でんぶん あげあぶら・じゃがいも サラダあぶら	ぎゅうにゅう・わかめ とうふ・ベーコン とりこく	チンゲンさい・しめじ・にんじん しょうが・にんにく・むきまめ コーン
14 (木)		 ごはん・じゃがいものみそしる さわらのてりに・きたちのおひたし	ごはん・じゃがいも でんぶん・あげあぶら さとう	ぎゅうにゅう・なまあげ にぼし・さわら	ねぎ・にんじん・しょうが キャベツ・きたち
15 (金)		 ウインナーサンド うずらたまごスープ・ヨーグルト	コッパン・サラダあぶら はるさめ	ぎゅうにゅう・ウインナー うずらたまご・とりこく ヨーグルト	キャベツ・にんじん・ピーマン たまねぎ・たけのこ ほしいたけ・ねぎ
18 (月)		 やきにくどん ちゅうかふうスープ・くだもの	ごはん・サラダあぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう・ぶたにく ベーコン	にんにく・しょうが・たまねぎ キャベツ・にんじん・あかピーマン きピーマン・ピーマン・チンゲンさい しめじ・ねぎ・たけのこ・みしょうかん
19 (火)		 ごはん・マーボーどうふ かいそうサラダ・くだもの	ごはん・ごまあぶら サラダあぶら でんぶん	ぎゅうにゅう・とうふ ぶたにく・わかめ かいそうミックス	にんじん・ねぎ・にら・しょうが にんにく・ほしいたけ・もやし むきまめ・コーン・パイン
20 (水)		 なのはなごはん・ふのみそしる シューマイ・あさづけ	ごはん	ぎゅうにゅう・たまご とうふ・ふ・わかめ かつおぶし エビシューマイ	きたち・にんじん・ねぎ キャベツ・しょうが
21 (木)		 ごはん・たまごスープ ハンバーグのケチャップあえ ブロccoliぞえ	ごはん・さとう	ぎゅうにゅう・たまご かつおぶし・ハンバーグ	にんじん・チンゲンさい・えのき コーン・たまねぎ・ブロccoli
22 (金)		 こめこパン・シチュー フレンチサラダ・チーズ	こめこパン・じゃがいも ホワイトルー マーガリン・サラダあぶら	ぎゅうにゅう・とりこく チーズ・なまクリーム ハム	にんじん・たまねぎ マッシュルーム・パセリ ブロccoli・キャベツ・コーン
25 (月)		 ごはん・ぐだくさんみそしる ほうれんそうのごもくいため・くだもの	ごはん・じゃがいも さとう・サラダあぶら	ぎゅうにゅう・こうやどうふ あぶらあげ・かつおぶし ぶたにく・たまご	もやし・にんじん・ねぎ ほうれんそう・たけのこ なましいたけ・たまねぎ しょうが・みしょうかん
26 (火)		 ごはん・にらたまじる ささかまのてんぶら・きりこんぶのいりに	ごはん・てんぶらこ あげあぶら・サラダあぶら	ぎゅうにゅう・たまご ふ・とうふ・かつおぶし きりこんぶ・ささかま とりこく・あぶらあげ	にら・にんじん・ごぼう
27 (水)		 ごはん・ふりかけ・けんちんじる やきざかな・おかひじきのおひたし	ごはん・じゃがいも ごまあぶら	ぎゅうにゅう・とうふ かつおぶし・さけ	だいこん・にんじん・ねぎ ごぼう・おかひじき・もやし
28 (木)		 カレーライス フルーツポンチ	ごはん・じゃがいも マーガリン・カレールー カクテルゼリー	ぎゅうにゅう・ぶたにく チーズ	たまねぎ・にんじん・グリーンピース にんにく・アップルソース ミックスフルーツ・アロエ ナタデココ・バナナ

※ 材料等の都合により、献立を一部変更することがありますので、ご了承ください。

入学・進級
おめでとう！

暖かな春の陽気とともに新学期がスタートしました。新しい学年、新しい教室、新しい教科書・・・たくさんの希望や期待が胸がいっぱいのことでしょう。

学校での勉強や活動をいきいきと行うためには何よりも健康が大切です。環境が変わり、疲れやすい時期ですが、「早寝・早起き」を心がけ、朝ごはんを食べて元気に登校しましょう。

今年度もみなさんの心と体の健やかな成長を支えていくために、より安心・安全でおいしい給食作りを目指して努力していきます。よろしくお願いいたします。

