

日 曜	主食	牛乳	主菜・副菜・デザート	材料の種類とその体内での働き						献立や食品のメッセージ
				(赤)体をつくる食品		(緑)体の調子を整える食品		(黄)エネルギーになる食品		
				1群(魚・肉・卵・大豆)	2群(乳製品・小魚・海藻)	3群(緑黄色野菜)	4群(その他の野菜・果物など)	5群(穀類・いも・砂糖)	6群(油脂)	
11 木	ごはん		とりにくのマーレードやき ゆかりあえ リボンマカロニのスープ	とりにく 牛乳 ベーコン	にんじん しろねぎ キャベツ こまつな もやし だいこん あかしそ	米 あぶら マカロニ マーレード		<p>今月の目標 しょくじのきほんを まなぼう</p> <p>入学おめでとう</p> <p>新学期がスタートしました！給食センターでは、安全・安心・おいしい給食づくりを心がけ、みなさんが、元気いっぱい、楽しい学校生活を送れるように、職員一同がんばります。よろしくお願ひいたします。</p> <p>◇◆4月15日◆◇</p> <p>おいわい献立</p> <p>みなさんの入学と進級をお祝ひした献立です！桜の形をした「ふ」を使ったすまし汁や、さくらゼリーが登場します。みんなで楽しく食べて、お祝ひしましょう！</p> <p>また、昨年度の給食週間に、八郷小学校のみなさんが献立づくりに挑戦しました。地元食材を使い、工夫された献立がたくさん集まりました。その中から、お花の形のハンバーグ、「たけのこシャキシャキハンバーグ」が登場します。春の食材が入っていて、季節を感じることができますね。</p> <p>◇◆4月17日◆◇</p> <p>いちご入りフルーツ合わせ</p> <p>伯耆町産のあまい、いちごの登場です！吉長で大切に育てられたいちごは、シューシーで、とってもおいしいです。地元の旬の味を楽しんでください。</p>		
12 金	ごはん		ウインナー はるキャベツのサラダ ふるさとやさいかレー	ウインナー 牛乳 ぶたにく とりにく だいす	にんじん キャベツ とうもろこし ほうれんそう しろねぎ エリンギ ブロッコリー にんにく	米 あぶら さといも さとう				
15 月	とりのごぼうごはん おいわい献立		たけのこシャキシャキハンバーグ キャベツとコーンのサラダ さくらふのすましじる さくらゼリー	とりにく 牛乳 とうふ わかめ	にんじん だいこん えのきたけ しろねぎ たけのこ とうもろこし キャベツ たまねぎ ごぼう	米 たまごめきマヨネーズ ふ さとう でんぶん さくらゼリー				
16 火	ごはん		スタミナなっとう ブロッコリーのこんぶあえ いももちじる	ぶたにく 牛乳 なっとう こんぶ みそ	にんじん ごぼう ほししいたけ こまつな キャベツ しろねぎ ブロッコリー だいこん にんにく しょうが	米 あぶら いももち				
17 水	コッパン		チキンカツ いちごいりフルーツあわせ はるやさいのコンソメに	とりにく 牛乳 ぶたにく だいす	にんじん しろねぎ ぶなしめじ こまつな キャベツ いちご みかん もも	コッパン あぶら さといも こむぎこ パンこ セリー				
18 木	ごはん かみかみ献立		さばのカレーやき ごもくきんぴら わかめのみそしる	さば 牛乳 とりにく わかめ あぶらあげ みそ	にんじん たまねぎ だいこん しろねぎ ごぼう こんにゃく	米 あぶら さとう				
19 金	ごはん 食育の日		とりにくのみそだれがけ おかかサラダ もずくスープ	とりにく 牛乳 あつあげ もずく かつおぶし みそ	にんじん たまねぎ しろねぎ こまつな とうもろこし キャベツ ほししいたけ しょうが	米 あぶら さとう でんぶん				
22 月	ごはん		さけのマヨネーズやき ひじきサラダ じゃこのげんきじる	さけ 牛乳 とうふ ちりめんじゃこ みそ ひじき	にんじん しろねぎ だいこん にら えのきたけ とうもろこし こまつな	米 たまごめきマヨネーズ さつまいも ごま さとう				
23 火	ごはん		シューマイ いそかあえ マーボーはるさめ	とりにく 牛乳 ぶたにく のり あつあげ みそ	にんじん もやし たまねぎ こまつな たけのこ しろねぎ ほししいたけ にんにく しょうが	米 さとう あぶら はるさめ こむぎこ でんぶん				
24 水	コッパン		ぶたにくのバーベキューソースいため コールスロー とうにゅうポターージュ	ぶたにく 牛乳 とりにく だいす とうにゅう	にんじん たまねぎ しろねぎ こまつな エリンギ キャベツ にんにく	コッパン あぶら さといも さとう でんぶん				
25 木	ごはん		かつおフライ はるやさいのごまネーズあえ わかたけじる	かつお 牛乳 わかめ	にんじん キャベツ セロリー ブロッコリー だいこん えのきたけ たけのこ しろねぎ	米 あぶら パンこ ごま こむぎこ たまごめきマヨネーズ さとう				
26 金	ごはん		そぼろどんのぐ はりはりあえ とうふちくわのすましじる	とりにく 牛乳 たまご とうふちくわ あつあげ	にんじん たまねぎ しろねぎ チンゲンサイ キャベツ だいこん えだまめ しょうが	米 あぶら さとう				
30 火	ごはん		やきししゃも あますあえ ちゅうかどん	ぶたにく 牛乳 ししゃも ハム	にんじん だいこん とうもろこし こまつな しろねぎ もやし チンゲンサイ キャベツ ほししいたけ にんにく しょうが	米 あぶら さとう でんぶん				

学校給食の内容

おかず

旬や郷土料理、季節に合わせた行事食などを大切に、地元食材をたくさん使用しています。また、不足しがちなビタミンやミネラルなどが十分に摂取できるよう心がけています。

主食

ごはん…週4回(月・火・木・金)
伯耆町産の「星空舞」を使用します。
(委託炊飯方式)
パン…週1回(水)

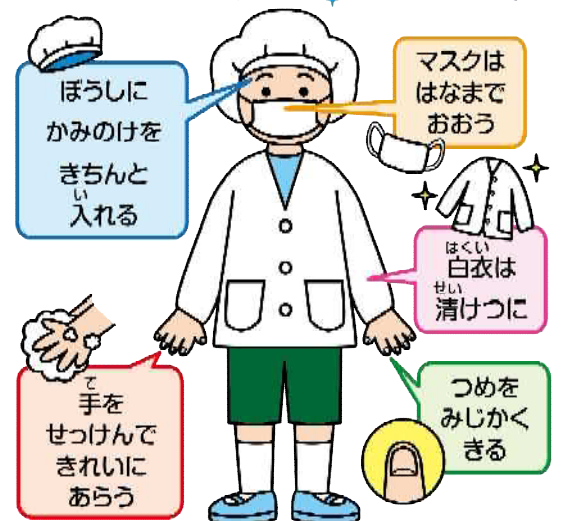
牛乳(パスタライズ)

成長に必要なたんぱく質、骨や歯をつくるカルシウム等が多く含まれています。

季節に合わせたデザートや伯耆町産のフルーツも登場します♪
4月は、いちごです!



給食当番の衛生チェック



担当 栄養教諭 福井 千穂