

# 4月 こんだてひょう




目標 たのしい給食にしよう

## ご入学・ご進級おめでとうございませう

新年度が始まります。早寝・早起きをして朝ごはんを食べて元気に1日をスタートしましょう。こどもたちの健やかな成長のために給食室一同、衛生に十分気を付け旬を活かした給食を提供していきます。今年度もよろしくお願ひいたします。



	火 7	水 8	木 9	金 10
	<b>しんきゅういわい</b> せきはん ごましお ぎゅうにゆう とりのてりやき からしあえ さわにわん 601kcal タンパク質28.3g	はいがごはん ぎゅうにゆう さばのこうみやき はるやさいののもの 592kcal タンパク質28.2g	<b>1ねんせい</b> <b>きゅうしょくかいし</b> カレーライス ぎゅうにゆう かいそうサラダ 653kcal タンパク質21.2g	ミルクパン ぎゅうにゆう デミグラスハンバーグ ABCスープ 639kcal タンパク質28.3g
13	14	15	16	17
マーボーどうふどん ぎゅうにゆう ごまずあえ きよみオレンジ 590kcal タンパク質26.8g	たけのこごはん ぎゅうにゆう やきはるまき みそしる 579kcal タンパク質22.1g	ココアパン ぎゅうにゆう クリームシチュー コーンサラダ 591kcal タンパク質23.2g	わかめごはん ぎゅうにゆう さけのカレーやき とんじる 586kcal タンパク質30.9g	スパゲティミートソース ぎゅうにゆう マセドアンサラダ しんしゅくしばケーキ 665kcal タンパク質26.0g
20	21	22	23	24
とりごぼうごはん ぎゅうにゆう あまからまめ はるやさいのみそしる 587kcal タンパク質27.3g	ツナトースト ぎゅうにゆう キャベツとりだんごスープ フレンチサラダ クルトン 622kcal タンパク質29.6g	むぎごはん ゆかりごま ぎゅうにゆう ししゃものカレーあげ にくじゃが 644kcal タンパク質27.7g	ひじきごはん ぎゅうにゆう ちぐさたまごやき けんちんじる 620kcal タンパク質28.4g	パインパン ぎゅうにゆう チリコンカン バランスサラダ なつみ 619kcal タンパク質27.4g
27	28	29	29	
はいがごはん ぎゅうにゆう さばのたつたあげ からしあえ かきたまじる 625kcal タンパク質28.0g	きなこあげぱん ぎゅうにゆう わんたんスープ ちゅうかあえ 670kcal タンパク質25.8g	<b>しょうわのひ</b> 	ホイコーローどん ぎゅうにゆう くきわかめスープ かわちばんかん 593kcal タンパク質26.5g	

## 給食時間について

給食時間は12:25~13:05です。準備や片付けなどを除くと食べる時間は正味20分程度です。時間内に食べられるようにご家庭でも時間を決めて食べる練習をしてみてください。

- \* ランチョンマットは毎日持ち帰ります。家庭で洗濯し、清潔なものを持たせてください。
- \* 給食当番は週末に給食着を持ち帰ります。洗濯し、アイロンをかけ、休み明けに忘れずに持たせてください。  
ボタンがとれていたり、ほころびがある場合はお手数ですが修繕をお願いします。
- ※ 栄養量は、中学年を1として考え、低学年0.85倍、高学年1.15倍とみてください。
- ※ 食材料購入ならびに学校行事等の都合等により、献立を変更することがあります。