

月		火	水	木	金
日付	給食のない学校・学年 その他の連絡		8 猿橋中、佐々木中給食 開始日	9 住吉小、御免町小、 佐々木小給食開始日	10 猿橋小、住吉小1年給食 開始日
(献立)		<b>新年度が始まりました</b> 給食を通して、望ましい食習慣を形成するとともに、地域の食文化や郷土料理に対する興味と関心を育てていきます。		ごはん セルフキムタクごはんの具 磯マヨ和え あさりのみそ汁 牛乳	
黄色の食品 (熱や力になる食品)		☆給食に使用している主な食品を3つの食品群に分けて記載しています。 ☆3つの食品群とは、食品の栄養素から、その働きによって3つに分けたものです。		<b>米</b> 油 かたくり粉 ノンエッグ マヨネーズ ジャがいも	
赤色の食品 (体をつくる食品)				<b>米</b> 油 ジャがいも 春雨	
緑色の食品 (体の調子を整える食品)				<b>米</b> 油 砂糖 かたくり粉 米粉 春雨	
エネルギー		豚肉 大豆 のり あさり <b>厚揚げ</b> <b>あやめみそ</b> 牛乳		<b>米</b> 油 ジャがいも 春雨	
		玉ねぎ にんじん たくあん キムチ しょうが にんにく ブロッコリー キャベツ もやし しめじ 長ねぎ		ほき 納豆 豚肉 かまぼこ 牛乳	
		玉ねぎ にんじん たくあん キムチ しょうが にんにく ブロッコリー キャベツ もやし しめじ 長ねぎ		たくあん のぎわな にんじん こまつな ごぼう しいたけ えのきたけ	
		小: 609 kcal 中: 750 kcal		小: 609 kcal 中: 744 kcal	
13	【入学・進級祝い献立】 御免町小1年、佐々木小1年給食開始日	14	15 猿橋小1年給食開始日	16	17 【食育の日献立】
チキンカレーライス (ごはん) ツナわかめサラダ 牛乳 お祝いデザート <small>(住吉小、御免町小、佐々木小、猿橋中、佐々木中)</small>		ごはん 揚げ米粉餃子 塩昆布ナムル 五目豆腐 牛乳		わかめごはん ししゃもフライ 切干サラダ <b>春の小煮物</b> 牛乳	
<b>米</b> 油 ジャがいも かたくり粉 砂糖 米粉		<b>米</b> かたくり粉 砂糖 米粉 油 ごま		<b>米</b> 小麦粉 油 ノンエッグマヨ ネーズ ジャがいも 砂糖	
鶏肉 豚肉 ツナ わかめ 牛乳 豆乳		豚肉 塩昆布 あさり 厚揚げ 牛乳		鶏肉 油揚げ <b>青大豆</b> 鶏肉 牛乳	
玉ねぎ にんじん しょうが にんにく もやし きゅうり とうもろこし いちご		キャベツ たら しょうが もやし こまつな にんじん 玉ねぎ だいこん きくらげ <b>長ねぎ</b> にんにく		ごぼう にんじん しいたけ えのきたけ たけのこ こまつな <b>長ねぎ</b> にんにく もやし きゅうり 赤しそ (小)いちご	
小: 637 kcal 中: 777 kcal		小: 669 kcal 中: 804 kcal		小: 627 kcal 中: 803 kcal	
20	21 佐々木中3年なし	22 佐々木中3年なし	23 佐々木中3年なし	24	
ごはん ハンバーグ玉ねぎソース ポテ豆サラダ ジュリエンスープ 牛乳		アップルパン オムレツケチャップソース フルーツサラダ 米粉豆乳シチュー 牛乳		ごはん 厚揚げのオイスターソース炒め 細切りポテトサラダ ワンタンスープ 牛乳 コーヒー牛乳のもと	
<b>米</b> かたくり粉 油 砂糖 ジャがいも ノンエッグマヨネーズ		<b>米</b> ジャがいも 小麦粉 油 砂糖 かたくり粉		<b>米</b> 小麦粉 油 ノンエッグマヨ ネーズ ジャがいも 砂糖	
鶏肉 豚肉 大豆 ベーコン 牛乳		豚肉 厚揚げ 大豆 <b>あやめみそ</b> 牛乳		鶏肉 のり <b>厚揚げ</b> みそ 牛乳	
玉ねぎ にんじん きゅうり とうもろこし だいこん キャベツ パセリ		にんじん かぼちゃ 玉ねぎ えだまめ 切り干し大根 こんにゃく こまつな えのきたけ <b>長ねぎ</b>		しょうが こまつな もやし にんじん ごぼう だいこん しめじ こんにゃく <b>長ねぎ</b>	
小: 632 kcal 中: 782 kcal		小: 628 kcal 中: 786 kcal		小: 622 kcal 中: 759 kcal	
27	28	29	30	☆郷土料理、地場産物は <b>太字</b> になっています。 ☆毎月19日は食育の日です。 <b>地場産物</b> コシヒカリ、長ねぎ、豆腐、厚揚げ、青大豆、あやめみそ 天候や生育状況により八百屋さんからの納品になる場合があります。 ※献立は都合により変更になることがあります。	
ごはん 白身魚のレモンソースがけ 五目春雨炒め あさりの中華スープ 牛乳		<b>昭和の日</b>		ごはん さばカレー照り焼き ひじきの炒め煮 みそかきたま汁 牛乳	
<b>米</b> かたくり粉 油 砂糖 春雨 ごま ジャがいも				<b>米</b> 砂糖 油 ジャがいも	
たら 豚肉 あさり <b>豆腐</b> わかめ 牛乳				さば さつま揚げ ひじき 大豆 <b>豆腐</b> 大豆 みそ 卵 牛乳	
レモン果汁 もやし たけのこ パプリカ たら にんにく えのきたけ にんじん		玉ねぎ にんじん しめじ トマト キャベツ		ごぼう にんじん しいたけ こんにゃく さやいんげん しめじ 玉ねぎ	
小: 617 kcal 中: 757 kcal		小: 660 kcal 中: 800 kcal		小: 611 kcal 中: 745 kcal	