



ご入学  
おめでとうございます。  
しっかり食べて、いっば  
い体を動かしましょう。

2018

# 4月の学校給食献立予定表

大洲市学校給食センター

日曜	配膳図	献立名	材料の種類と体内ではたらく			エネ ルギー	カル シウム
			あかの食品	みどりの食品	きの食品		
			血や肉や 骨になる	体の調子を整え 病気を防ぐ	はたらく力や 体温となる	小学校 (3・4年)	小学校 (3・4年)
10	火	コッペパン グリーンサラダ ささみの レモンに ミネスト ローネ	コッペパン 牛乳 牛乳 脱脂粉乳	ささみのレモン煮 グリーンサラダ	パン 砂糖 でん粉 油 砂糖 砂糖	639	328
11	水	しろごはん ごしきあえ あげぎょうざ (幼小2中3) けんちん じる	白ごはん 牛乳 牛乳	あげぎょうざ ぶた肉 五色あえ かまぼこ けんちん汁 とり肉	米 ごま油 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 しいたけ 砂糖 さといも	630	277
12	木	コッペパン かいそうサラダ ベーコン エッグ コーン スープ	コッペパン 牛乳 牛乳 脱脂粉乳	ベーコンエッグ 海そうサラダ コーンスープ	パン 砂糖 砂糖 でん粉 油 砂糖	634	340
13	金	しろごはん こんぶあえ やしししゃも (幼小2中3) にく じゃが	白ごはん 牛乳 牛乳	やしししゃも こんぶあえ 肉じゃが ぶた肉	米 砂糖 水あめ でん粉 こんにやく じゃがいも 油 砂糖	639	428
16	月	しろごはん たくあんあえ ポークシュウマイ (幼小2中3) ごもく きんぴら	白ごはん 牛乳 牛乳	ポークシュウマイ たくあんあえ 五目きんぴら ぶた肉 こんぶ	米 パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 水あめ 砂糖 こんにやく 油 砂糖	607	303
17	火	コッペパン ひじきサラダ とりにくからあげ (幼小2中3) コンソメ スープ	コッペパン 牛乳 牛乳 脱脂粉乳	とりにくからあげ 卵 ひじきサラダ コンソメスープ	パン 砂糖 砂糖 小麦粉 油 米粉 でん粉 パン粉 砂糖 ごま油 じゃがいも	635	312
18	水	しろごはん おひたし さばのしおやき たまご スープ	白ごはん 牛乳 牛乳	さばの塩やき おひたし たまごスープ とうふ ベーコン 卵	米 サバ 油 砂糖 小麦粉 でん粉	659	324
19	木	コッペパン コーンサラダ メンチカツ 牛乳 さんさい うどん	コッペパン 牛乳 牛乳 脱脂粉乳	メンチカツ	パン 砂糖 でん粉 油 砂糖 油 砂糖	671	324
20	金	しろごはん おかかあえ ちくわとさつまいもの あげに ぶた じる	白ごはん 牛乳 牛乳	ちくわとさつまいもの あげに ぶた じる	米 さつまいも ごま でん粉 油 砂糖 こんにやく	686	325
23	月	しろごはん すのもの つくね (幼小1中2) ちくぜん	白ごはん 牛乳 牛乳	すのもの つくね 筑前煮 とり肉 あつあげ	米 でん粉 砂糖 水あめ 砂糖 さといも こんにやく 砂糖	627	333
24	火	コッペパン レモンあえ ポテトの チーズやき かぼちゃ スープ	コッペパン 牛乳 牛乳 脱脂粉乳	ポテトの チーズやき	パン 砂糖 砂糖 でん粉 油 砂糖	622	395
25	水	せきはん イチゴミルクプリン ごまあえ すりみあげ すまし じる	赤飯 牛乳 牛乳 あずき	すりみあげ ごまあえ すまし汁 イチゴミルクプリン	米 もち米 油 ごま 砂糖 砂糖	674	451
26	木	まるパン りんご ポイルやさい ハンバーグ はるさめ スープ	丸パン 牛乳 牛乳 脱脂粉乳	ハンバーグ ポイル野菜 りんご 春雨スープ	パン 砂糖 砂糖 砂糖 はるさめ	610	331
27	金	しろごはん しそあえ ツナいり オムレツ カレー	白ごはん 牛乳 牛乳	ツナ入りオムレツ しそあえ カレー	米 油 マヨネーズ でん粉 砂糖 はるさめ	652	290
			白ごはん 牛乳 牛乳	とりにくからあげ 卵 ひじきサラダ コンソメスープ	米 油 じゃがいも 小麦粉 砂糖	788	304
			白ごはん 牛乳 牛乳	さばの塩やき おひたし たまごスープ とうふ ベーコン 卵	油 砂糖 小麦粉 でん粉	806	349

\*食材料等の都合により、献立、材料が変更になる場合があります。ご了承ください。

新入生を迎えて、新しい学校生活が始まりました。今までとは環境が変わり、知らず知らずのうちに、ストレスや疲れをためやすい時期です。生活リズムを整え、元気な学校生活を送りましょう。

## 給食がはじまります！

苦手なものも、一口食べてみましょう。



給食当番の身支度はできていますか。