

日付 (曜日)	献立名	使用材料 (つかう たべもの)					
		熱や力になる食品 (きいろ)		血や肉・骨になる食品 (あか)		体の調子を整える食品 (みどり)	
10 (火)	麦ごはん ビビンバ 豆腐スープ 牛乳	こめ おおむぎ さとう	しよくぶつゆ ごま	とりにく とうふ あかみそ	ぎゆうにゆう わかめ	こまつな にんじん ねぎ	もやし たまねぎ にんにく しょうが しめじ
11 (水)	ロールパン イカフライ 添キャベツ ミネストローネ 牛乳	ロールパン こむぎこ パンこ	しよくぶつゆ	イカ とりにく しろいんげんまめ	ぎゆうにゆう	こまつな にんじん トマトに	キャベツ たまねぎ セロリ にんにく
12 (木)	麦ごはん ポークカレー 福神漬 桜色蒸しパン 牛乳	こめ・おおむぎ こめこ・こむぎこ じゃがいも さとう・いちご汁	しよくぶつゆ	ぶたにく ぎゆうにゆう	ぎゆうにゆう	にんじん	たまねぎ にんにく セロリ しょうが ふくじんづけ
13 (金)	ロールパン ツナとマカロニのグラタン 野菜スープ 牛乳	ロールパン マカロニ パンこ じゃがいも	しよくぶつゆ	まぐるあぶらづけ ぎゆうにゆう こなチーズ	ぎゆうにゆう	にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ
16 (月)	赤飯 サワラの照り焼き 五目きんぴら キャベツともやしのしそあえ 牛乳	こめ もちごめ さとう	しよくぶつゆ	サワラ とりにく あずき	ぎゆうにゆう	にんじん しそこ	ごぼう キャベツ もやし しょうが こんにゃく
17 (火)	麦ごはん 焼きシシャモ 肉じゃがのうま煮 菜花ともやしの磯香あえ 牛乳	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	しよくぶつゆ	ぶたにく あつあげ	ぎゆうにゆう ししゃも きざみのり	にんじん なばな	たまねぎ もやし ほししいたけ こんにゃく
18 (水)	減量ロールパン スパゲッティミートソース ごぼうサラダ 牛乳	げんりようろーぱん スパゲッティ さとう	しよくぶつゆ ごま	ぶたにく とりにく	ぎゆうにゆう	こまつな にんじん	たまねぎ ごぼう しょうが にんにく こんにゃく
19 (木)	麦ごはん イワシのから揚げ みそ汁 もやしと小松菜のごまあえ 牛乳	こめ おおむぎ でんぷん	しよくぶつゆ ごま	イワシ とうふ あかみそ	ぎゆうにゆう	こまつな にんじん ねぎ	もやし ごぼう しょうが
20 (金)	黒糖パン 珍珠丸子 春雨スープ 牛乳	こくとうぱん もちごめ でんぷん はるさめ	しよくぶつゆ	ぶたにく とりにく	ぎゆうにゆう	こまつな にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが ほししいたけ
23 (月)	麦ごはん 八宝菜 セサミビーンズ 牛乳	こめ おおむぎ でんぷん さとう	しよくぶつゆ ごま	ぶたにく だいず	ぎゆうにゆう	にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ たけのこみずに ほししいたけ
24 (火)	麦ごはん サケのしょうが焼き ふきとたけのこの煮物 キャベツのごまあえ 牛乳	こめ おおむぎ さとう	しよくぶつゆ ごま	サケ とりにく あつあげ	ぎゆうにゆう	にんじん	キャベツ ふき しょうが たけのこみずに こんにゃく
25 (水)	ロールパン クリームシチュー ひじきサラダ 牛乳	ロールパン こむぎこ じゃがいも さとう	しよくぶつゆ バター	とりにく まぐるあぶらづけ ひじき なまクリーム	ぎゆうにゆう	こまつな にんじん	たまねぎ キャベツ セロリ しめじ
26 (木)	麦ごはん サワラの南部焼き 白みそ汁 キャベツともやしのおかかあえ 牛乳	こめ おおむぎ	しよくぶつゆ くろごま	サワラ とうふ あぶらあげ しろみそ	ぎゆうにゆう けずりぶし	こまつな にんじん	もやし キャベツ たまねぎ

※天候などにより、急に献立を変更する場合がありますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

にゅうがく・しんきゅう
おめでとう♪

新しい一年間のスタートです。今までよりも少し大きくなったみなさんには、今まで以上に給食を楽しみ、食べることを大切に考えてもらいたいと思います。
新1年生の給食は、12日(木)から始まります。
お楽しみに♪

よい姿勢で食べましょう♪

食事の姿勢は、とても大切です。
次の三つのポイントを守りましょう。



- ① せなかをのぼす。
- ② しよつきをもつ。
- ③ あしをそろえる。

給食費について♪

給食費は、全学年で毎月4300円です。
(一年生の4月のみ、3790円です。)
5月から来年の3月まで、毎月、口座から引き落としをさせていただきます。引き落としができなかった時はお知らせしますので、ご協力をお願いします。
また、長期の欠席が予測される場合は、給食費の一部をお返しできることがあります。
お休みの予定がわかった時は、早めに学校までご連絡ください。