



れいわ5ねん4がつぶん きゅうしょくこんだてよていひょう

ぐんまけんりつたてばやしとくべつしえんがっこう

ひ ようび	こんだてめい			おもなしょくひんめい			エ ネ ル ギ ー	たん ぱく し ゆ	し じ ゆ
				あ か ち・にく・ほねになる	き いろ ねつやちからになる	み ど り からだのしょうしをととのえる			
7 きん			☆ にゅうがくしき・しぎょうしき ☆						
10 げつ	ごはん	ぎゅう にゅう	ビビンパのぐ(にくミソ) ビビンパのぐ(ナムル) わかめスープ とうにゅうプリンタルト	ぎゅうにゅう ふたにく わかめ とうにゅう	ごはん さとう あぶら ごまあぶら ごま こめこ	ぜんまい たまねぎ もやし にんじん ほうれんそう チンゲンツアイ ねぎ にんにく しょうが	615	21.1	23.0
11 か	ごはん	ぎゅう にゅう	さばのしょうがに ごますあえ かきたまじる	ぎゅうにゅう さば たまご とうふ	ごはん さとう ごま かたくりこ	しょうが キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ みつば	599	29.1	21.1
12 すい	パーカーハウス	ぎゅう にゅう	とんかつ 小1中2 コーンサラダ オニオンスープ	ぎゅうにゅう ベーコン	パーカーハウス あぶら さとう パンこ こむぎこ	キャベツ きゅうり とうもろこし たまねぎ にんじん	597	23.0	27.7
13 もく	はつがげんまい ごはん	ぎゅう にゅう	チキンカレー フレンチサラダ オレンジ	ぎゅうにゅう とりにく	はつがげんまいごはん じゃがいも あぶら さとう ルウ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが グリンピース りんご キャベツ きゅうり オレンジ	725	24.2	22.1
14 きん	ミルクパン	ぎゅう にゅう	にこみうどん 小2中3 にくだんご コーンとツナのサラダ ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう とりにく ふたにく ツナ	パン うどん あぶら さとう ゼリー	にんじん ねぎ だいこん たまねぎ ほししいたけ キャベツ きゅうり とうもろこし	611	25.0	21.5
17 げつ	むぎごはん	ぎゅう にゅう	まーぼーどうふ ちゅうかサラダ おいわいデザート	ぎゅうにゅう ふたにく みそ	むぎごはん あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら はるさめ ゼリー	ねぎ いら にんじん きゅうり もやし にんにく しょうが	600	23.4	17.1
18 か	ごはん	ぎゅう にゅう	さけのしおやき ごまあえ けんちんじる パナナ	ぎゅうにゅう さけ ふたにく とうふ	ごはん ごま さとう じゃがいも あぶら ごまあぶら	キャベツ もやし にんじん だいこん ごぼう ねぎ パナナ こんにゃく	601	30.6	18.6
19 すい	まるパン よこぎり	ぎゅう にゅう	にこみハンバーグ ひじきサラダ まめスープ	ぎゅうにゅう ふたにく とりにく ひじき ひよこまめ	パン さんおんとう じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ さやいんげん	551	22.3	26.0
20 もく	ごはん	ぎゅう にゅう	あげぎょうざ 小2中3 かふうサラダ みそわんたんスープ	ぎゅうにゅう ふたにく とりにく みそ	ごはん ぎょうざのかわ あぶら ごまあぶら さとう わんたんのかわ	にんじん きゅうり もやし とうもろこし チンゲンツアイ たまねぎ ほししいたけ	601	19.7	20.4
21 きん	トースト	ぎゅう にゅう	フィレオチキン コールスローサラダ やさしいカレースープ いちごジャム	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ふたにく	パン さとう あぶら じゃがいも こむぎこ ジャム	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ	597	24.5	25.8
24 げつ	ごはん	ぎゅう にゅう	あじフライ じょうしゅうきんぴら なめこのみそしる	ぎゅうにゅう あじ さつまあげ ふたにく あぶらあげ とうふ みそ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら ごま	ごぼう にんじん ほししいたけ なめこ ねぎ だいこん こんにゃく	625	27.7	21.6
25 か	ごはん	ぎゅう にゅう	おやこに こんぶあえ オレンジ	ぎゅうにゅう とりにく たまご なると こんぶ	はつがげんまいごはん あぶら さとう ごま	にんじん たまねぎ みつば キャベツ きゅうり オレンジ	594	25.5	21.3
26 すい	ココアパン	ぎゅう にゅう	ほたてとマカロニのクリームに アスパラサラダ いちごゼリー	ぎゅうにゅう ベーコン ほたて なまクリーム	パン マカロニ こむぎこ バター あぶら さとう ゼリー ノンエッグマヨネーズ	にんじん たまねぎ えだまめ エリンギ マッシュルーム アスパラガス もやし	566	22.3	22.9
27 もく	ごはん	ぎゅう にゅう	みそだれやきにく そくせきづけ いなかじる	ぎゅうにゅう ふたにく みそ なまあげ	ごはん さとう ごま あぶら かたくりこ じゃがいも	ねぎ だいこん きゅうり ごぼう にんじん さやいんげん こんにゃく	601	30.1	20.1
28 きん	ロールパン	ぎゅう にゅう	スパゲティナポリタン コンソメスープ フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ふたにく ベーコン	パン スパゲティ あぶら さとう	にんじん たまねぎ ビーマン だいこん とうもろこし みかん パイン もも	630	21.0	20.9

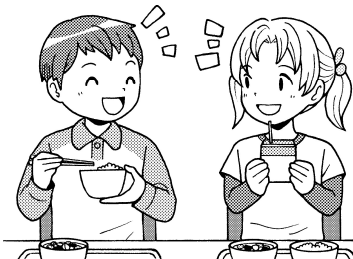
★都合により、献立を変更する場合があります。★今月の給食費の口座引き落としは、4月17日(月)です。

※献立は上：小学部・下：中学部

学校給食の役割

学校給食は栄養バランスのよい食事によって、子どもたちの心身の健康や発育、発達を支えるのももちろん、食に関する指導を効果的にすすめるための「生きた教材」でもあります。特に給食の時間では、準備から後片付けまでの実践活動を通して、望ましい食習慣や食に関する実践力が身につきます。

また、地場産物や郷土料理、行事食を取り入れているので、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めることができます。



毎月19日は「いただきますの日」です。

地域に暮らすいろいろな人と、いろいろな場所で、「共食」の大切さについて、語り合う日です。食卓は豊かな心と体をはぐくみます。

～ぐんまの食育～

