


令和5年4月こんだてひょう (ぜんはん)

小学校用

熊取町教育委員会

月			火			水			木			金		
4/10			4/11			4/12			4/13			4/14		
しぎょうしき 			こくどうパン ミネストローネ ひじきのサラダ のむヨーグルト (ジョアブルーベリー)			ごはん ぶたじる としよきゅうしよ きりぼしだいこんのもの とりもぼろ 牛乳			コッペパン はくさいとりだんごのスー コロッケ 牛乳			うめごはん わかめうどん ぶたにくとごんにやくのみそいため いちごくりーむだいふく 牛乳		
三色	材料	三色	三色	材料	三色	三色	材料	三色	三色	材料	三色	三色	材料	三色
			○ ベーコン ■ じゃがいも ■ カットスバゲティ ☆ たまねぎ ☆ にんじん ☆ セロリ ☆ にんにく ☆ サラダあぶら ☆ トマトピューレ ケチャップ さとう うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら	○ だいず ○ チキンフレーク ○ ひじき ☆ キャベツ ☆ にんじん ■ ごまドレッシング	○ ぶたにく ■ さつまいも ☆ たまねぎ ☆ にんじん ☆ もやし ☆ ごぼう ☆ あおねぎ ○ あかみそ ○ しろみそ けずりぶし	☆ きりぼしだいこん ☆ にんじん ○ あぶらあげ ■ さとう ☆ こいくちしょうゆ みりん けずりぶし ○ とりミンチ ☆ グリンピース ☆ つちしょうが ■ サラダあぶら ■ さとう ☆ こいくちしょうゆ みりん	○ とりだんご ■ りよくとうはるさめ ☆ はくさい ☆ にんじん ☆ あおねぎ ☆ ほししいたけ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ	■ コロッケ ■ あげあぶら	■ うどん ○ とりにく ○ かまぼこ ○ あぶらあげ ○ わかめ ☆ にんじん うすくちしょうゆ しお けずりぶし だしこんぶ	○ ぶたにく ○ こんにやく ☆ たけのこ ☆ さやいんげん ■ サラダあぶら ○ あかみそ ■ さとう ☆ こいくちしょうゆ みりん ■ いちごクリームだいふく				
エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)
			597	20.3	14.7	578	22.6	12.4	701	23.6	28.0	634	26.3	18.6

4/17			4/18			4/19			4/20			4/21		
カレーライス ソテー 牛乳			スイートポテトパン ポトフ クリスピーチキン 牛乳			ちゅうかふうたきごみごはん とうふいりちゅうかスー にくまん 牛乳			こがたパン ミートスバゲティ キャベツのサラダ のむヨーグルト (プレーン)			ごはん さつまじる ぶたにくのあまからに 牛乳		
三色	材料	三色	三色	材料	三色	三色	材料	三色	三色	材料	三色	三色	材料	三色
○ ぶたにく ■ じゃがいも ☆ たまねぎ ☆ にんじん ☆ サラダあぶら ○ とうじゅう ○ カレールウ ウスターソース しお こしょう	○ ベーコン ☆ キャベツ ☆ ホールコーン ☆ にんじん ☆ サラダあぶら しお こしょう	○ ミニウィンナー ■ じゃがいも ☆ たまねぎ ☆ キャベツ ☆ にんじん うすくちしょうゆ しお こしょう ローレル とりがら	○ ■ クリスピーチキン ■ あげあぶら	○ とりにく ○ とうふ ☆ はくさい ☆ にんじん ☆ ニラ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ	○ ■ にくまん	■ スバゲティ ○ ぶたミンチ ☆ たまねぎ ☆ にんじん ☆ セロリ ☆ にんにく ☆ サラダあぶら ☆ トマトピューレ ケチャップ ウスターソース しお こしょう	○ ハム ☆ キャベツ ☆ ホールコーン ☆ にんじん ☆ わふうドレッシング	○ とりにく ○ とうふ ■ さといも ☆ だいこん ☆ にんじん ☆ あおねぎ ☆ あかみそ ○ しろみそ けずりぶし	○ ぶたにく ○ ちくわ ○ こんにやく ☆ つちしょうが ■ サラダあぶら ■ さとう ☆ こいくちしょうゆ					
エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)
661	18.1	19.8	589	20.9	21.3	576	21.3	14.0	609	23.6	19.7	580	26.1	16.4

4/24			4/25			4/26			4/27			4/28		
ごはん トック タッカルビ かんこくのり 牛乳			コッペパン マカロニスープ ポテトソテー いちごジャム のむヨーグルト (コアコア)			ぶたどん みそしる 牛乳			こがたパン ちゅうかそば キムチいため ノンエッグチョコプリン 牛乳			ごはん やさいスープ にこみハンバーグ 牛乳		
三色	材料	三色	三色	材料	三色	三色	材料	三色	三色	材料	三色	三色	材料	三色
○ ぶたにく ■ かんこくふうもち ○ わかめ ☆ もやし ☆ にんじん ☆ なましいたけ ☆ あおねぎ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ	○ とりにく ■ こむぎこ ■ かたくりこ ■ あげあぶら ☆ たまねぎ ☆ キャベツ ☆ にんじん ☆ ニラ ☆ にんにく ■ サラダあぶら ■ ごまあぶら ■ かたくりこ ■ さとう ☆ こいくちしょうゆ ケチャップ みりん さけ コチュジャン とりがら とんこつ	○ とりにく ■ シェルマカロニ ☆ たまねぎ ☆ キャベツ ☆ にんじん うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら	○ ベーコン ■ じゃがいも ☆ パセリ ■ サラダあぶら しお こしょう ■ いちごジャム	○ とうふ ○ あぶらあげ ○ わかめ ■ じゃがいも ☆ にんじん ☆ あおねぎ ○ あかみそ ○ しろみそ けずりぶし	○ ぶたにく いとごんにやく ☆ たまねぎ ☆ にんじん ■ さとう ☆ こいくちしょうゆ さけ けずりぶし	■ ちゅうかめん ○ ぶたにく ☆ たまねぎ ☆ はくさい ☆ もやし ☆ にんじん ☆ たけのこ ☆ あおねぎ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ	○ とりにく ☆ たまねぎ ☆ キムチ ☆ にんじん ☆ ニラ ☆ にんにく ■ サラダあぶら ☆ こいくちしょうゆ しお こしょう	○ とりにく ■ じゃがいも ☆ たまねぎ ☆ キャベツ ☆ にんじん うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら	○ ハンバーグ ■ さとう ☆ ケチャップ ウスターソース					
エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)
633	28.0	16.9	623	19.9	13.9	599	24.1	16.3	564	24.2	16.4	599	22.9	16.9

令和5年4月こんだてひょう (こうはん)

熊取町教育委員会

図書給食ってなあに？

みなさんの学校図書館には、おもしろくて素敵な本がたくさんあります。
 ただ読むだけではもったいない！
 そんな思いから図書給食というものが誕生しました。
 図書給食とは、物語のなかに出てきた食べ物や料理が給食になって登場します。
 さらに学校図書館では、給食で紹介された本が展示されています。
 ぜひ読んでください。



	エネルギー (k cal)	タンパク質 (g)	脂肪 (g)
基準栄養量	650	21~33	14~22
今月平均栄養量	610	22.9	17.5

三色栄養	
○ (赤)	タンパク質・無機質
☆ (緑)	ビタミン
■ (黄)	炭水化物・脂肪



- 都合により、献立が一部変更になる場合があります。
- マークの献立は、かみごたえのある食材を使用しています。
よくかんで食べましょう。

今月の図書給食

4月12日(水) 切り干し大根
 「ワタシゴト〜14歳のひろしま」
 中瀬晶子 作 ささめやゆき 絵 汐文社

渡し事=記憶を手渡すこと。私事=他人のことではない、私のこと。
 修学旅行で広島にある原爆資料館や平和公園を訪れた中学3年生の5人。
 それぞれに悩みを抱え、戦争とは遠い世界で暮らす14歳の胸の内は……。
 登場人物に共感を覚えながら、
 物語に登場する被爆資料などを通して平和について深く考えていく作品です。
 学校図書館で読んでください。