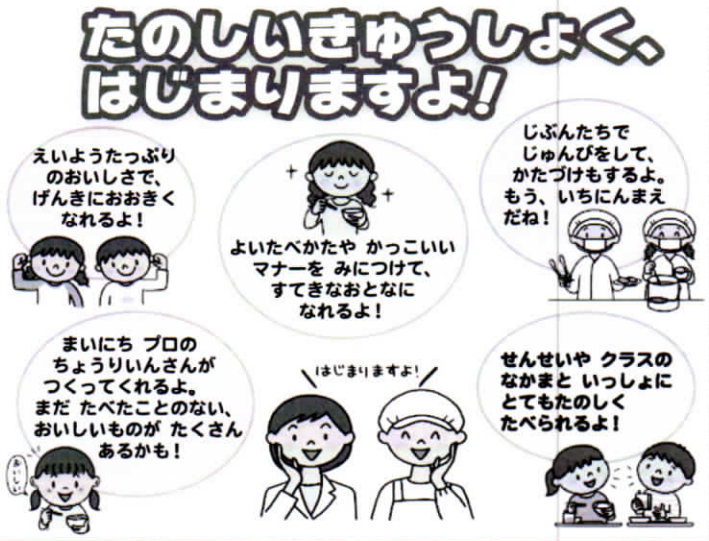
予定献立表

4月 今月の目標

楽しい給食時間にしよう

2017(平成29)年4月分（4月6日～28日17日間）

富良野学校給食センター

月	火	水	木	金
		**太字は、リクエストメニューです。** 富良野小学校、旭中小学校、樹海小学校、山部小学校、布部小中学校からリクエストをいただきました。 ありがとうございました ※新メニューには献立名の前に☆印をつけています 当センターでは、単品での「揚げ物・蒸し物・焼き物」について、食品表示法による表示義務の対象となっている食品7品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）を表示しますので参考にしてください。	**6** ・**しょうゆラーメン** 牛　乳　・中華春巻き <小麦・えび> ・**レモンヨーグルト** <乳>(紙スプーン) 小 701 中 750 ぶたにく　もやし　はくさい　にんじん たまねぎ　ながねぎ 今年度も給食が始まります。みんなの好きなものや、苦手かもしれないけれど食べてもらいたいものなど、考えながら給食を出します。一年間よろしくお願いします。	**7** ・みそ汁 ごはん　・野菜のコチジャン炒め 牛　乳　・**焼き餃子** <卵・乳・小麦>(小1個・中2個) 小 662 中 819 じゃがいも　わかめ ぶたにく　たまねぎ　にんじん　もやし ながねぎ　きくらげ **【楽しい給食時間にしよう】** 楽しい給食時間というのは、誰も不快な思いをしない給食時間ともいえます。 今一度マナーを確認してくださいね。
10 ・みそ汁 ごはん　・豆腐のカレー煮 牛　乳　・ごぼカラ 小 666 中 794 わかめ　なめこ　ながねぎ とうふ　ぶたにく　ちくわ　たまねぎ　にんじん　えだまめ ごぼう 2回目のごぼカラです。ごぼうは、独特の風味や食感があります。繊維質で、かみごたえがあるので、よくかんで食べてくださいね。	**11** ・キャベツの中華スープ パターパン　・ビーフン炒め 牛　乳　・にら饅頭 <乳・小麦>(小1個・中2個) 小 516 中 683 わかめ　たまねぎ　キャベツ　たまご ビーフン　ハム　たまねぎ　ぶなしめじ にんじん　たけのこ　ピーマン ビーフンは、中国が発祥と言われています。漢字で書くと「米粉」で、その標記のとおり、米から作った粉でできた麺です。	**12** ・みそ汁 ごはん　・鶏そぼろ丼 牛　乳　・**和風きんぴら包み焼き** <卵・乳・小麦> 小 701 中 807 ほうれんそう　エリンギ たまご　いんげん　とりにく だいずたんぱく **【楽しい給食時間にしよう】** 給食の準備の前には、必ず手を洗いましょう。当番などをするときに、手のばい菌がたくさんの人の食事に移らないようにするためにも大切です。	**13** ・**焼きうどん** 牛　乳　・**プチかぼちゃもち** (小1個・中2個) ・さくらゼリー (紙スプーン) 小 628 中 815 ぶたにく　なると　いか　にんじん キャベツ　たまねぎ 小学1年生のみなさん、学校給食はいかがですか？お友達や先生方と食べる給食は、おうちのごはんとはまた違った食事時間ですよね。楽しい時間になることを祈っています。	**14** ・みそ汁 ごはん　・焼肉風野菜炒め 牛　乳　・ねぎ入り厚焼き玉子 <卵・小麦> 小 669 中 784 チンゲンサイ　ぶなしめじ ぶたにく　たまねぎ　もやし　キャベツ にんじん　ピーマン **【楽しい給食時間にしよう】** 手洗いの後には、清潔なハンカチで手をふきましょう。エプロンや三角巾も、汚れのない清潔なものを用意しましょうね。
17 ・**チキンカレー** ごはん　・ふらの牛乳ジュレ 牛　乳　・豚ヒレカツ <小麦> 小　891 中 1014 とりにく　じゃがいも　にんじん　たまねぎ ふらのぎゅうにゅう　アセロラジュレ パインアップル　もも　みかん　ナタデココ 小学1年生に富良野学校給食センターのカレーを早く食べてみてもらいたくて、月曜日にしました。辛さや量はどうでしょう？	**18** ・**ブラウンシチュー** ミルクパン　・ブロッコリーのツナ和え 牛　乳　☆ベーコンエッグ <卵・乳・小麦>(小1個・中2個) 小 588 中 727 ぶたにく　じゃがいも　たまねぎ　にんじん あかピーマン ブロッコリー　まぐろツナ **【楽しい給食時間にしよう】** 食事のマナーをまもることも、楽しい給食時間に近づく一歩です。パンは、一口大にちぎって食べるのが、西洋料理のマナーです。	**19** ・すまし汁 ちらし寿司　・若竹煮 牛　乳　・赤魚の西京焼き <小麦> ・錦糸卵 <卵> 小 606 中 720 たもぎたけ　うめふ　みつば たけのこ　わかめ 入学・進級をお祝いして、ちらし寿司を出します。待ち遠しかった出会いの季節、春。新しい学校、新しい教室、新しい友達と喜びを分かち合ってください。	**20** ・野菜あんかけうどん 牛　乳　・たこメンチカツ <小麦> ☆ストロベリーカスタードタルト <卵・乳・小麦>(紙スプーン) 小 691 中 735 ぶたにく　たけのこ　はくさい　たまねぎ にんじん　ながねぎ いちごは、春が旬の果物です。農業や輸送などの技術の発達で、一年中食べられることが多いですが、旬のものは味が良かったり、価格が抑えられたりしていて、食べるのにもってこいですよ。	**21** ・豚汁 ごはん　・ミニ厚揚げとコーンの煮物 牛　乳　・さんまのかつお節煮 <小麦> 小 769 中 940 ぶたにく　じゃがいも　とうふ こんにゃく　にんじん　たまねぎ　ごぼう あつあげ　コーン　しいたけ きのこ類に多いビタミンDは、厚揚げに含まれている、骨を丈夫にする栄養のカルシウムの吸収を助けてくれます。最強タッグの献立ですよ。
24 ・みそ汁 ごはん　・茎わかめと野菜の和風和え 牛　乳　・鮭塩焼き 小 595 中 688 あぶらあげ　たまねぎ くきわかめ　たこ　だいこん　にんじん きゅうり 茎わかめは、普段お味噌汁などに使う、柔らかいわかめの茎の部分です。わかめと違い、コリコリとした食感を楽しむことができますよ。	**25** ☆ジュリアンスープ コッペパン　・スパゲッティミートソース和え 牛　乳　・エビフライ <小麦・えび>(小1個・中2個) ・いちごジャム (1食包装) 小 546 中 689 キャベツ　たまねぎ　にんじん　ピーマン　セロリ　ベーコン スパゲッティ　ぶたにく　たまねぎ　ピーマン マッシュルーム 「ジュリアン」とは フランス語で、「女性の髪のように細い」という意味です。給食ではあまり細すぎると具が細かく切れてしまうので、少し太めです。	**26** ☆もずくスープ ごはん　・**タコライス** **赤ぶどうジュース**　・ちんすこう 小 615 中 830 ながねぎ　もずく　たけのこ　しいたけ ぶたにく　だいずたんぱく　たまねぎ　キャベツ　あかピーマン こむぎこ 今日は沖縄の名物がたくさんでてきます。まだ肌寒い北海道ですが、沖縄の温かな陽気を思い浮かべて、食べてみてください。	**27** ・**みそ野菜ラーメン** 牛　乳　・味付け玉子 <卵・小麦> ・チョコプリン <乳>(紙スプーン) 小 653 中 711 ぶたにく　もやし　キャベツ　にんじん たまねぎ　コーン　ごま いつもは半分に切った味付けたまごですが、今日は1つ丸ごとです。転がりやすいので、落とさないように気を付けて、盛り付けをして、運んでくださいね。	**28** ・みそ汁 ごはん　・切干大根の炒め煮 牛　乳　・**若鶏唐揚げ** <卵・乳・小麦>(小1個・中2個) 小 627 中 764 えのきたけ　とうふ きりぼしだいこん　さつまあげ　にんじん ひじき　いんげん　こんにゃく **【楽しい給食時間にしよう】** 協力して当番をしたり、マナーをまもったり、苦手な食べ物にも挑戦したりできたでしょうか？　来月もみんなが楽しい給食時間になりますように！

※ お知らせ･･･① 献立は都合により、内容が一部変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。
② エネルギー量（kcal）は、小は小学生・中は中学生の値です。カロリーばかりに気を取られることなく、バランスよく食べてしっかりと体づくりをしましょう。