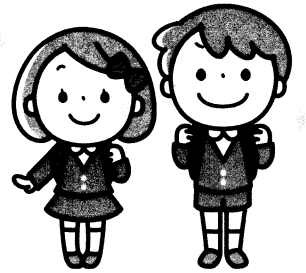


4月

今月の目標

予定献立表

楽しい給食時間にしよう



2019(平成31)年4月分 (4月4日~26日17日間)

富良野学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>太字は、リクエストメニューです。</p> <p>扇山小学校、山部小学校、鳥沼小学校、麓郷小学校、富良野西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。</p> <p>※新メニューには献立名の前に☆印をつけています</p> <p>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してください。</p>	<p>産地などの情報公開について</p> <p>富良野学校給食センターでは、予定献立表・使用予定食材産地・給食だよりの情報公開をしています。</p> <p>詳しくは、富良野市のホームページ TOP>教育・文化>給食センターと進んでください。</p> 	<p>入学・進級おめでとう!</p> 	<p>4 ・スパゲッティ ミートソース</p> <p>牛 乳 ☆ポテトのみそネーズ焼き</p> <p>☆ミルク寒天</p> <p>小 664 中 772</p> <p>スパゲッティ ぶたにく とりにく たまねぎ にんじん ビーマン マッシュルーム じゃがいも たまねぎ まぐろツナ ぎゅうにゅう みかん</p> <p>今年度の給食が始まります。今日の献立は、いつもと比べると、とても少ない食数のため麺の日にスパゲッティと手作りしたポテトのみそネーズ焼きと、ミルク寒天を出します。</p>	<p>5 ・みそ汁</p> <p>ごはん 牛 乳 ・大根のそぼろ煮</p> <p>わかどり ・若鶏のごま照り焼き <乳・小麦></p> <p>小 661 中 763</p> <p>はくさい にんじん こうやとうふ だいこん ぶたにく だいずたんぱく えだまめ</p> <p><楽しい給食時間にしよう> 給食の準備の前に、必ず手を洗いましょう。手のばい菌がついたままで、食器を保持していると、たくさんの人の食事にばい菌が移ってしまいます。</p>
<p>8 ・みそ汁</p> <p>ごはん 牛 乳 ・油揚げと もやしのみそ炒め</p> <p>野菜いろいろ肉団子 <小1個・中2個></p> <p>小 666 中 848</p> <p>さつまあげ たまねぎ ごぼう あぶらあげ もやし にんじん にら ごま</p> <p>みそ汁に使われているさつまあげは、原料の魚をすり身にして、味付けをしたあと、形を整え、油で揚げています。魚の種類や味付けなどにより、地域ごとに特徴があります。</p>	<p>9 ・じゃがいものスープ</p> <p>ミルクパン 牛 乳 ・白菜のトマト煮</p> <p>・イカフライ <小麦></p> <p>小 610 中 712</p> <p>じゃがいも たまねぎ パセリ ウィンナー いんげん たまねぎ はくさい トマト</p> <p><楽しい給食時間にしよう> 給食の準備の前には、必ず手洗いをしたあと、きれいなエプロン・三角巾をして身支度することが大切です。忘れずに持ってきてね</p>	<p>10 ・みそ汁</p> <p>ごはん 牛 乳 ・ひじきと厚揚げの炒め煮</p> <p>・さんまのカレー煮 <小麦></p> <p>小 719 中 828</p> <p>たまご もやし たまねぎ ひじき あつあげ にんじん こんにやく とりにく いんげん</p> <p>「芽ひじき」は、ひじきの葉の部分。「長ひじき」は、ひじきの茎の部分。「寒ひじき」は、冬に若いひじきを刈り取って加工した、代表的な3種類のひじきがあります。</p>	<p>11 ・しょうゆラーメン</p> <p>牛 乳 ・キャベツ餃子 <小麦>(小1個・中2個)</p> <p>・角チーズ <乳>(一食包装)</p> <p>小 674 中 815</p> <p>ぶたにく もやし たけのこ にんじん たまねぎ ながねぎ</p> <p>ラーメンやうどんのような麺料理には、1食分の塩分の目安量より多く塩分が入っています。麺や具を完食しても、汁を残すことで塩分の摂りすぎを防ぐことができますよ。</p>	<p>12 ・すまし汁</p> <p>鮭わかめごはん 牛 乳 ・野菜のごま和え</p> <p>・五目厚焼き玉子 <卵・乳・小麦></p> <p>小 611 中 707</p> <p>えのきたけ にんじん こうやとうふ ほうれんそう もやし にんじん ちくわごま</p> <p>野菜類やきのこ類が苦手な食べられないひとがいると思いますが、体の調子を整えるビタミンや食物繊維がたっぷり入っています。まず一口から食べてみよう。</p>
<p>15 ・みそ汁</p> <p>ごはん 牛 乳 ・塩肉じゃが</p> <p>・さばの塩焼き</p> <p>小 764 中 892</p> <p>だいこん あぶらあげ じゃがいも ぶたにく にんじん たまねぎ いんげん</p> <p>いつもの肉じゃがは、てんさい糖、しょうゆ、酒で味付けをしています。今日は、しょうゆではなく塩で味付けをしている塩肉じゃがです。いつもと比べて野菜の色が鮮やかに見えますよ。</p>	<p>16 ・ミルクオニオンスープ</p> <p>バターパン 牛 乳 ・スパゲッティ ナポリタン</p> <p>・チキンナゲット <小麦>(小1個・中2個)</p> <p>小 613 中 778</p> <p>たまねぎ ベーコン セロリ パセリ スパゲッティ ぶたにく ウィンナー たまねぎ ビーマン</p> <p><楽しい給食時間にしよう> 給食だよりに食事のマナーのことが書いてあります。パンを食べる時にもマナーがあります。パンは一口大にちぎって食べましょう。</p>	<p>17 ・ポークカレー</p> <p>ごはん 牛 乳 ・みかん入り ぶらの牛乳ジュレ</p> <p>・オムレツ <卵></p> <p>小 763 中 915</p> <p>ぶたにく じゃがいも にんじん たまねぎ ぶらのぎゅうにゅう みかん ナタデココ</p> <p>小学校1年生のみなさんは、給食のカレー初めでです。辛さは、どうですか? 少し辛いと感じるかもしれませんが、人気のカレーなので少しずつ食べて味わってください。</p>	<p>18 ・焼きうどん</p> <p>牛 乳 ・ブチかぼちゃもち (小1個・中2個)</p> <p>・おめでとうデザート (紙スプーン)</p> <p>小 601 中 778</p> <p>ぶたにく なたね いか にんじん キャベツ たまねぎ</p> <p>入学と進級のお祝いにちなみ、おめでとうデザートを出します。昔から、めでたいことがあると赤飯と白餅をふるまう習慣があり、ハレの日には、赤飯と白餅にちなみ紅白の色が使われています。</p>	<p>19 ・キャベツの中華スープ</p> <p>ごはん 牛 乳 ・マーボー豆腐</p> <p>・コーン焼売 <小麦>(小1個・中2個)</p> <p>小 649 中 791</p> <p>わかめ たまねぎ キャベツ にんじん たまご ごまとうふ ぶたにく だいずたんぱく ながねぎ ビーマン しいたけ</p> <p>大豆に含まれているたんぱく質は、体や筋肉、皮膚、髪、血液などに大切な成分です。肉に匹敵するほど豊富に含まれているため、大豆は「畑の肉」という別名もあります。</p>
<p>22 ・みそ汁</p> <p>ごはん 牛 乳 ・ひじきサラダ</p> <p>・ハンバーグ(おろしそ) <小麦></p> <p>小 646 中 748</p> <p>とうふ なめこ ながねぎ ひじき たまねぎ キャベツ にんじん えだまめ だいこん</p> <p>春キャベツは3~5月頃に多く出回る葉のやわらかいキャベツです。中心部の葉は黄緑色でみずみずしくてほんのり甘味があります。サラダを食べ、キャベツの甘みを感じてください。</p>	<p>23 ・きのこのコンソメスープ</p> <p>コッパパン 牛 乳 ・ハニーマスタードソテー</p> <p>・キャベツメンチカツ <小麦></p> <p>・いちごジャム (一食包装)</p> <p>小 624 中 717</p> <p>えのきたけ しいたけ ぶなしめじ はくさい にんじん ハム マカロニ じゃがいも たまねぎ ぶたにく</p> <p><楽しい給食時間にしよう> いつものようにパンを一口大にちぎったものに、ジャムをつけて食べるのがマナーです。ジャムを袋から出すのが苦手な人は、お皿に出して食べましょう。</p>	<p>24 ・みそ汁</p> <p>ごはん 牛 乳 ・野菜の生姜焼き</p> <p>・焼き鮭</p> <p>小 658 中 774</p> <p>さつまあげ たまごたけ たまねぎ ぶたにく たまねぎ もやし にんじん ぶなしめじ</p> <p>一般的に生姜焼きは、豚肉が多く入っていますが、今日の生姜焼きは野菜が多く入っています。肉だけではなく、野菜を食べて疲れた体の調子を整えて元気に過ごそう。</p>	<p>25 ・きつねうどん</p> <p>牛 乳 ・チーズ入り はんぺんフライ <卵・乳・小麦></p> <p>・焼きプリンタルト <卵・乳・小麦>(一食包装)</p> <p>小 743 中 810</p> <p>あぶらあげ しいたけ なたね にんじん たまねぎ はくさい</p> <p>砂糖としょうゆで甘辛く煮た油揚げを1枚ごとのせうどんのことを、きつねうどんと言われています。給食では、きつねだ油揚げを入れています。</p>	<p>26 ・みそ汁</p> <p>ごはん 牛 乳 ・豚丼</p> <p>・豆腐のそぼろあん包み <卵・小麦></p> <p>小 766 中 898</p> <p>キャベツ ごぼう あつあげ ぶたにく ぶなしめじ たまねぎ ビーマン</p> <p>明日から長いゴールデンウィークが始まります。新しい生活で疲れているかと思いますが、早寝・早起き・朝ごはんまで生活習慣が乱れないよう元気に過ごしてください。</p>

※ 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。