



ひにち ようび	こんだてめい	たいないでのおもなはたらき			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
		おもにからだをつくるものとなる	おもにからだのちょうしをととのえるものとなる	おもにエネルギーのもととなる			
11 (月)	ぎゅうにゅう 2~6年生給食開始	ぎゅうにゅう			592	22.1	11.8
	むぎごはん			こめ むぎ			
	にくじやがすのもの	ぎゅうにく わかめ しらすぼし	にんじん いんげん しいたけ もやし きゅうり	さとう じゃがいも あぶら			
	あじつけのり	あじつけのり		さとう			
13 (水)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			659	28.5	18.0
	むぎごはん			こめ むぎ			
	いわしのうめに	いわしのうめに					
	きりばしだいこんのいたために	てんぶら あぶらあげ	にんじん きりばしだいこん	さとう あぶら			
14 (木)	ぶたじる	ぶたにく とうふ みそ	にんじん ねぎ たまねぎ	じゃがいも	616	26.2	25.3
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	チキンカツバーガー	チキンカツ	キャベツ	パン あぶら			
	ひよこまめのとうにゅうスープ	とうにゅうクリーム ひよこまめ しろいんげんまめ とうにゅう	にんじん コーン たまねぎ	こむぎこ とうにゅうバター			
15 (金)	ニューサマーオレンジ		ニューサマーオレンジ		602	26.9	16.2
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	むぎごはん			こめ むぎ			
	さわらのさいきょうやき	さわら こめみそ		さとう			
18 (月)	こんぶあえ	こんぶつくだに	こまつな もやし	さとう すりごま	617	27.5	17.9
	わかたけじる	とうふ かまぼこ わかめ	ねぎ たまねぎ たけのこ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	むぎごはん			こめ むぎ			
19 (火)	はっぽうさい	かまぼこ うずらたまご ぶたにく あさり	チングンサイ にんじん たけのこ しいたけ しょうが たまねぎ	かたくりこ あぶら	523	21.8	16.1
	はるさめのすのもの	ハム	きゅうり コーン レモン	さとう はるさめ すりごま			
	かみかみいりこ	いりこ					
	ぎゅうにゅう 1年生給食開始日	ぎゅうにゅう					
20 (水)	こくとうパン			こくとうパン	670	20.3	17.5
	スパゲッティナポリタン	ウインナー	にんじん ピーマン トマト しめじ たまねぎ	スパゲティ オリーブオイル			
	ツナサラダ 新宮町産	ツナ	キャベツ きゅうり コーン	ノンエッグマヨ			
	いちご		いちご				
21 (木)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			631	26.3	22.7
	ワンローフパン いちごジャム			パン いちごジャム			
	どうにゅうシチュー	どうにゅう どうにゅうクリーム とりにく しろいんげんまめ	ブロッコリー にんじん たまねぎ	じゃがいも こむぎこ とうにゅうバター			
	やさいソテー	ベーコン	ほうれんそう もやし コーン キャベツ	あぶら			
22 (金)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			630	27.1	16.0
	むぎごはん			こめ むぎ			
	ぶたにくとやさいのみそに	こめみそ ぶたにく あつあげ てんぷら	にんじん たけのこ しいたけ こんにゃく	さとう じゃがいも あぶら			
	かおりあえ	やきのり	ほうれんそう もやし				
25 (月)	じゃこふりかけ	しらすぼし		さとう	617	21.1	22.9
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	たけのこごはん 旬の食材たけのこ	とりにく	にんじん たけのこ	こめ あぶら			
	あげはるまき			はるまき あぶら			
26 (火)	きゅうりのおかかあえ	かつおぶし	コーン きゅうり	さとう	636	29.7	22.3
	かきたまじる	たまご とうふ	ねぎ たまねぎ エノキ	かたくりこ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	ミルクワンローフパン			ミルクパン			
27 (水)	どうふのミートソースに	ぶたミンチ ぎゅうミンチ とうふ だいす	にんじん しめじ グリンピース たまねぎ にんにく	かたくりこ さとう	616	25.2	15.5
	プロッコリーのマヨサラダ	ハム	ブロッコリー コーン	ノンエッグマヨ			
	オレンジ		オレンジ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
28 (木)	むぎごはん			こめ むぎ	606	27.5	20.8
	おやこに	たまご とりにく	にんじん ねぶかねぎ たまねぎ	さとう あぶら			
	ひじきのさっぱりあえ	ひじき しらすぼし	キャベツ きゅうり	さとう ごまあぶら			
	ぶどうゼリー			ぶどうゼリー			
28 (木)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			606	27.5	20.8
	コッペパン			パン			
	ぶたにくとあつあげのチリソースに	ぶたにく あつあげ	いんげん たまねぎ しめじ ごぼう にんにく	さとう あぶら			
	ぐだくさんスープ	ベーコン しろいんげんまめ	にんじん ほうれんそう キャベツ	じゃがいも あぶら			
	ニューサマーオレンジ		ニューサマーオレンジ				

*材料購入等の都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。お問い合わせがありましたら、学校へご連絡ください。

*新宮町では、地産地消（住んでいる地域でつくられた食材をその地域で消費する（食べる）という事）に取り組んでいます。

給食で使用する食材は、なるべく地元で採れたものを使用しています。

19日(火) 1年生の給食開始日です。この日のいちごは、新宮町産のいちごを予定しています。

また、毎月19日は「食育の日」です。新宮小では、地元でとれる農産物や特産物を給食に使用し、紹介する予定です。

今月は「新宮町産いちご」です。いちごは冬ごろから出回り始めますが、春が最もおいしい旬の季節で、新宮町の特産品でもあります。

この他、旬の食材を使った「たけのこごはん」や「鰯の西京焼き」などを取り入れて実施します。

20日(水) ビーフカレーは、新宮小学校の人気メニューです。

今年度も、リクエスト献立を取り入れたり、世界の料理を取り入れたりして、食への興味関心がもてるような献立を実施していきます。

おいしく、安心安全な給食の提供に努めますので、どうぞよろしくお願ひします。

お願い

- ・食事環境を整えるために、清潔なハンカチとナフキンを持たせていただきますようお願いします。
- ・給食当番エプロン等の洗濯や補修についても、ご協力をよろしくお願いします。

