

令和4年4月



きゅうしょくこんだてよていひょう



新宮町立新宮小学校

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			1人 きー (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			
	にくじゃが		ぎゅうにく	にんじん いんげん しいたけ こんにゃく たまねぎ	さとう じゃがいも あぶら			
	すのもの		わかめ しらすぼし	もやし きゅうり	さとう			
	あじつけのり		あじつけのり					
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		いわしうめに					
	きりぼしだいこんのいために		てんぷら あぶらあげ	にんじん きりぼしだいこん	さとう あぶら			
	ぶたじる		ぶたにく とうふ みそ	にんじん ねぎ たまねぎ こんにゃく ごぼう	じゃがいも			
14 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			616	26.2	25.3
	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			
	ニューサマーオレンジ			ニューサマーオレンジ				
15 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			602	26.9	16.2
	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			
	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			
	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				
18 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			617	27.5	17.9
	むぎごはん				こめ むぎ			
	はっぼうさい		かまぼこ うずらたまご ぶたにく あさり	チンゲンサイ 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			
	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					
19 (火)	ぎゅうにゅう	1年生給食開始日	ぎゅうにゅう			523	21.8	16.1
	こくとうパン				こくとうパン			
	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		ツナ	キャベツ きゅうり コーン	ノンイグマヨ			
	いちご			いちご				
20 (水)	ぎゅうにゅう	新宮小の 人気メニュー	ぎゅうにゅう			670	20.3	17.5
	むぎごはん				こめ むぎ			
	ビーフカレー		とうにゅう ぎゅうにく	トマト にんじん にんにく しょうが たまねぎ	じゃがいも あぶら			
	フルーツかんでん			パイナップル みかん	マスカットゼリー			
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			
	とうにゅうシチュー		とうにゅう とうにゅうクリーム とりにつく 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			
	やさしいソテー		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)	ぎゅうにゅう	旬の食材 たけのこ	ぎゅうにゅう			617	21.1	22.9
	たけのこごはん		とりにつく	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			
	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			
	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			
26 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			636	29.7	22.3
	ミルクワンローフパン				ミルクパン			
	とうふのミートソースに		ぶたミンチ ぎゅうミンチ とうふ だいず	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			
	ブロッコリーのマヨサラダ		ハム	ブロッコリー コーン	ノンイグマヨ			
27 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			616	25.2	15.5
	むぎごはん				こめ むぎ			
	おやこに		たまご とりにつく	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。

- 1 9 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1 9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「鯖の西京焼き」などを取り入れて実施します。
- 2 0 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たり、世界の料理を取り入れたたりして、食への興味関心を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いいたします。



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いたします。

