



	2日(月) 23日(月)	3日(火) 19日(木)	4日(水) 17日(火)	5日(木) 18日(水)	6日(金) 16日(月)	9日(月) 24日(火)
献立	ふりかけごはん 鶏の竜田揚げ フライドポテト添え 春キャベツとにんじんの ごま和え 豆腐とわかめのみそ汁  ロールケーキ	パン (イエローロール) 鮭のムニエル (片栗粉) ほうれん草のツナマヨ サラダ (マヨドレ) じゃがいもとにんじんのポタージュ 果物 (りんご)	あんかけうどん 豚肉の松風焼き (卵、牛乳、小麦不使用) 普; 小魚ぼんせん 粗・押; まんまるソフトせんべい ペ・管; お水のゼリー (ピーチ)	御飯 豚肉のみそ焼き 切り干し大根の煮物 中華風コーンスープ 果物 (バナナ)	御飯 さばのカレームニエル 大豆のひじき煮 大根とわかめのみそ汁 果物 (りんご)	ミニ黒糖 照り焼きチキン かぼちゃのサラダ (マヨドレ) キャベツとコーンのコンソメスープ 普・粗・押; カルシウムたまごボーロ ペ・管; お水のゼリー (マスカット)
材料	精白米 丸美屋 のりたま 鶏もも皮なし しょうが こいくちしょうゆ 料理酒 片栗粉 サラダ油 じゃがいも 片栗粉 サラダ油 食塩 春キャベツ にんじん いりごま 上白糖 こいくちしょうゆ すりみそ かつお・昆布だし 豆腐 (絹ごし) カットわかめ たまねぎ ロールケーキ (いちご) らくらくホイップ いちご	NEGイエローロール トマトサーモン 食塩 こしょう 片栗粉 有塩バター きゅうり こいくちしょうゆ ほうれん草 ツナ缶 日清 マヨドレ こいくちしょうゆ じゃがいも たまねぎ にんじん 味の素KKコンソメ水 豆乳 (調整豆乳) 牛乳 食塩 こしょう 有塩バター りんご	干しうどん 油揚げ えのきたけ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし 本みりん こいくちしょうゆ 片栗粉 豚ももミンチ たまねぎ 片栗粉 豆腐 (絹ごし) 三温糖 すりみそ いりごま ブロッコリー 食塩 小魚ぼんせん まんまるソフトせんべい お水のゼリー (ピーチ)	精白米 ごま油 にんじん ビーマン 豚もも 本みりん 日本酒 こいくちしょうゆ すりみそ 切り干し大根 にんじん 竹輪 (卵不使用) かつお・昆布だし サラダ油 三温糖 本みりん こいくちしょうゆ 中華味水 冷凍コーン 鶏卵 たまねぎ 食塩 こいくちしょうゆ 片栗粉 かいわれ バナナ	精白米 さば 食塩 こしょう 薄力粉 カレー粉 有塩バター キャベツ こいくちしょうゆ 芽ひじき 水煮だいず サラダ油 にんじん 油揚げ だし こいくちしょうゆ 本みりん 上白糖 すりみそ かつお・昆布だし えのきたけ 大根 カットわかめ りんご	ミニ黒糖 鶏肉もも皮付き こいくちしょうゆ 本みりん 料理酒 上白糖 ほうれん草 糸花鰹 こいくちしょうゆ かぼちゃ きゅうり 穀物酢 上白糖 食塩 日清 マヨドレ 味の素KKコンソメ水 食塩 キャベツ 冷凍コーン カソムたまごボーロ お水のゼリー (マスカット)
	10日(火) 27日(金)	12日(木) 25日(水)	13日(金) 26日(木)	★地元のおやさい使っています! (普賢寺ふれあいの駅より納品) 精白米 すりみそ ほうれん草 		
献立	御飯 まんまるしゅうまい 春雨ときゅうりのサラダ (マヨドレ) おつゆふとわかめのみそ汁 果物 (バナナ)	御飯 あじの蒲焼き 小松菜のしらす和え えのきとキャベツのみそ汁 果物 (りんご)	チキンカレーピラフ 大根の煮浸し ウィンナーとキャベツのコンソメスープ ヨーグルト	★食育の取組「バイキング・お弁当給食」 今年度2回目のバイキングです。下記の目的で取り組みます。 ① いつもと違う環境で食べてみる 配膳の仕方を変えたり、食器をお弁当箱やプレートにします。 ② 自分で選ぶ、取る、運ぶ 自分でできたという経験を積みます。 ③ コミュニケーションを楽しむ 「どれにする?」「いくつ食べる?」など、職員とのやりとりを楽しみます。 *お弁当箱が必要なクラスは、担任よりお知らせします。		
材料	精白米 豚ももミンチ たまねぎ 干しいたけ 片栗粉 食塩 こいくちしょうゆ 上白糖 こしょう 日本酒 しょうが ごま油 片栗粉 にんじん 春雨 きゅうり ロースハム 日清 マヨドレ すりみそ かつお・昆布だし カットわかめ おつゆふ かいわれ バナナ	精白米 あじ 片栗粉 こいくちしょうゆ 上白糖 本みりん 料理酒 じゃがいも 食塩 小松菜 ちりめんじゃこ こいくちしょうゆ すりみそ かつお・昆布だし えのきたけ キャベツ りんご	精白米 鶏もも皮なし たまねぎ にんじん ビーマン 味の素KKコンソメ水 カレー粉 トマトケチャップ 食塩 有塩バター 大根 にんじん かつお・昆布だし 上白糖 こいくちしょうゆ 味の素KKコンソメ水 ウィンナー (卵不使用) キャベツ パセリ ソファール (プレーン)	★便秘解消には食物繊維と善玉菌~続けることが大切です!~ ○食物繊維の多い食べ物 ・野菜 (ほうれん草、にんじん、きゃべつ) ・果物 (バナナ、りんご、いよかん) ・豆 (大豆) ・海藻 (のり、わかめ、ひじき) ・きのこ (えのき) ・オリゴ糖 ○善玉菌の多い食べ物; ヨーグルト、納豆		
	★給食アンケートへのご協力ありがとうございました 皆様からの貴重なご意見をもとに、こどもさんたちの食事がより充実するよう、また給食や食育の取り組みをより良いものになりたいと考えています。アンケート結果は、後日、保護者の皆様にお返しします。					

*献立、食材は都合により変更になることがあります

<今月の栄養価(米飯、普通食を全量摂取した場合)>

エネルギー 364Kcal	タンパク質 15.1g	脂質 10.7g	カルシウム 126mg	鉄 2.3mg	ビタミンA 177μg
ビタミンB1 0.25mg	ビタミンB2 0.19mg	ビタミンC 24mg	食物繊維 3.2g	食塩相当量 2.1g	