



4月 こんだてよていひょう



今月の目標
楽しく食べよう

令和4年度 錦町学校給食センター

日	曜	連絡	主食	牛乳	おかず	おもなざりょう			えいようりょう		ひとくちメモ
						あか	きいろ	みどり	エールギー (kcal)	たんぱく し(%)	
12	火		ビーフカレー		こはんにかけて食べよう かみかみサラダ ふくじんづけ・おいわいクレープ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく だいず さきいか しろいんげんまめ とうにゅう	こめ むぎ じゃがいも あぶら アーモンド さとう こめこ みずあめ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ きゅうり コーン だいこん なす れんこん いちご	小 692 中 835	22.6 27.1	18日 南開あげ丼 南開あげは熊本県南関町の特産品です。油あげですが、水分がなくパリパリです。そのため保存食として昔から食べられていました。ふつくとした食感の「南開あげ丼」を味わってください。
13	水		むぎごはん		さばのみそ こうはくなます つぼんしる	ぎゅうにゅう さば みそ とりにく ちくわ とうふ	こめ むぎ ごま さとう さといも こんにやく	だいこん にんじん ごぼう ねぎ しいたけ	小 632 中 768	24.2 28.5	
14	木	一武小中止	むぎごはん		ジャーチャン豆腐 パンサンスー いっしょくのり	ぎゅうにゅう あつあげ みそ ぶたにく のり	こめ むぎ でんぶん さとう ごまあぶら はるさめ	にんじん たけのこ たまねぎ ねぎ しいたけ にんにく コーン しょうが きゅうり きくらげ	小 604 中 748	23.8 28.7	
15	金	木上小中止	コッペパン		はるキャベツのスパゲッティ うまかコロッケ ブロッコリーサラダ・みかんジャム	ぎゅうにゅう ツナ ぎょにく ばにく	パン スパゲッティ オリーブ じゃがいも パンこ あぶら マヨネーズ さとう みずあめ	キャベツ たまねぎ コーン パセリ トマト にんにく ブロッコリー にんじん みかん	小 704 中 844	26.7 32.0	20日 たけのこごはん 食べ物には一番おいしくて、栄養たっぷりな時期、「旬」があります。今日は旬のたけのこを使った「たけのこごはん」です。錦町でとれた、たけのこを使用しました。
18	月		なんかんあげどん		デコボンサラダ だいずのかりんとう	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく たまご だいず いりこ	こめ むぎ さとう でんぶん あぶら くらざとう	たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ キャベツ きゅうり デコボン	小 635 中 785	26.0 31.8	
19	火		むぎごはん		さかなのかばやき れんこんサラダ みそけんちんじる	ぎゅうにゅう ホキ ハム とりにく ちくわ とうふ みそ	こめ むぎ あぶら さとう ごま マヨネーズ こんにやく でんぶん じゃがいも	しょうが れんこん きゅうり にんじん だいこん ごぼう ねぎ	小 610 中 751	24.0 28.8	
20	水		たけのこごはん		ちくざやき ごまざあえ そぼろじる	とりにく あぶらあげ たまご チーズ ぎゅうにゅう あつあげ	こめ むぎ あぶら さとう ごま でんぶん	たけのこ しいたけ にんじん ほうれんそう いんげん キャベツ きゅうり もやし たまねぎ ねぎ きくらげ	小 600 中 755	24.3 30.5	21日 パンバンジーサラダ JA球磨より人吉・球磨産のトマトを提供していただきました。感謝して食べましょう。
21	木		むぎごはん		マーボーはるさめ シューマイ パンバンジーサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく わかめ	こめ むぎ はるさめ さとう ごまあぶら でんぶん ラード	たまねぎ にんじん しいたけ たけのこ いんげん しょうが にんにく れんこん きゅうり トマト	小 609 中 767	23.2 29.1	
22	金		セルフバーガー		パンにさかなフライ、タルタルソース、サラダを添えて食べよう コーンポタージュ・いちご	ぎゅうにゅう ホキ とりにく チーズ	パン あぶら じゃがいも パンこ こむぎこ	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ しめじ コーン パセリ いちご	小 620 中 766	26.0 31.5	
25	月		わかめごはん		あじいりさんが うのはなサラダ ごまみそしる	わかめ ぎゅうにゅう ツナ あじ おから あぶらあげ みそ	こめ むぎ あぶら さとう ごま マヨネーズ じゃがいも ラード	にんじん きゅうり たまねぎ しいたけ ねぎ ごぼう たけのこ	小 608 中 763	23.5 29.8	22日 いちご JA球磨より人吉・球磨産のいちごを提供していただきました。感謝して食べましょう。
26	火		むぎごはん		うまに ひじきサラダ ちりめんナッツ	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ てんぷら ひじき あぶらあげ ちりめん	こめ むぎ じゃがいも こんにやく さとう あぶら ごま ごまあぶら アーモンド	たまねぎ にんじん たけのこ ごぼう グリンピース もやし えだまめ	小 607 中 749	23.8 29.0	
27	水		キムタクごはん		とりにくのからあげ ちゅうかサラダ スーミータン	ぶたにく たまご ぎゅうにゅう とりにく	こめ むぎ ごまあぶら こむぎこ でんぶん あぶら さとう	ピーマン にら しょうが コーン キムチ だいこん にんにく キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ パセリ	小 609 中 748	28.1 33.6	
28	木		むぎごはん		さけのしおやき みそマヨネーズあえ さんさいうどん	ぎゅうにゅう さけ ちくわ とりにく あぶらあげ みそ	こめ むぎ マヨネーズ さとう うどん	キャベツ きゅうり にんじん わらび えのきたけ たけのこ しいたけ ねぎ	小 614 中 757	27.3 32.7	

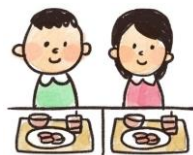
*都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。



給食が始まります！

学校給食は、子どもたちの成長を考えて、成長期に必要な栄養の量やバランスを考えて作っています。旬の食材や地元の食材を取り入れるなど、食育の一部を担っています。また、給食の時間は単に食事としての役割だけではなく、望ましい食習慣や食事と健康の知識、食事のマナー等を学ぶ学習の場でもあります。

子どもたちの心と体の栄養源となるよう、安全安心で、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきます。



給食当番の衛生チェック

- 髪が長い人は髪を短く切って結びましょう
- 髪が長い人は髪を短く切って結びましょう
- マスクで鼻と口をおおう
- 手はせっけんできれいに洗う
- 清潔な白衣（エプロン）を身に着ける
- 清潔なハンカチを用意する
- 白衣を床でたたんだり、食器や食街を床に置いたりしないようにしよう。

給食当番は1週間の交代制です。週末に給食者を持ち帰りますので、次に使うお箸さんが気持ちよく書かれるよう、洗濯とアイロンがけをお願いします。次の登校時に、忘れずに持たせてください。