



令和2年 4月 きゅうしょくこんだてひょう

宇城市立三角小学校

にち よう	しゅしょく	ぎゅう にゅう	おかず	おもなざいりょう			ひとくちメモ
				ちやにく、ほねをつくる	ねつや力のもとになる	体のちようしをととのえる	
8 水	カレーピラフ		メンチカツ コンソメスープ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン メンチカツ	こめ じゃがいも あぶら	たまねぎ にんじん コーン ピーマン キャベツ パセリ	 入学・進級おめでとう ございます。新しい 友達や先生との 出会いを大切に してください。 給食室では、みな さんが給食の時間 を楽しみにして もらえるように がんばります。 苦手な食べ物も あるかもしれませんが、 少しずつ食べて みてください。
9 木	入学式(給食なし)						
10 金	むぎごはん		マーボー豆腐 ナムル	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく とうふ しらすぼし あかみそ	こめ むぎ ごま さとう あぶら	にんじん たまねぎ しいたけ たけのこ ねぎ もやし にら にんにく しょうが	
13 月	むぎごはん		ぶたにくのしょうがやき けんちんじる	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ	こめ むぎ さとも あぶら こんにやく	キャベツ にんじん たまねぎ ピーマン だいこん ごぼう しいたけ ねぎ しょうが	
14 火	ミルクパン		にくだんごスープ マカロニサラダ こくとうピーンズ	ぎゅうにゅう とりにく チキンハム とうふ みそ だいたまご	ミルクパン マカロニ はるさめ くらざとう マヨネーズ	キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ きゅうり しょうが	
15 水	むぎごはん		さわらのさいきょうやき やさいソテー かきたまじる	ぎゅうにゅう さわら たまご かまぼこ ベーコン みそ	こめ むぎ じゃがいも	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ キャベツ アスパラガス コーン	
16 木	たけのこごはん		コロッケ レタス しらたますましじる	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ わかめ ぎゅうにく かまぼこ	こめ じゃがいも しらたまもち あぶら さとう	たけのこ しいたけ にんじん えのきだけ いんげん ねぎ レタス	
17 金	むぎごはん		にくじゃが すみそあえ あじのり	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ いか わかめ のり みそ	こめ むぎ じゃがいも こんにやく さとう あぶら ごま	たまねぎ にんじん しいたけ いんげん キャベツ きゅうり	
20 月	そぼろごはん		さつまじる かぼすあえ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ たまご みそ しおこんぶ	こめ むぎ さつまいも こんにやく ごま さとう	キャベツ きゅうり にんじん だいこん ごぼう ねぎ しょうが かぼすかじゅう	
21 火	こくとうパン		ちゃんぽん いりこナッツ ミニトマト	ぎゅうにゅう ぶたにく いか かまぼこ いりこ だいたま	こくとうパン ちゅうかめん さとう カシューナッツ あぶら	たまねぎ もやし キャベツ にんじん ねぎ きくらげ しょうが ミニトマト	
22 水	むぎごはん		さんまのみぞれに はるさめじる たけのこきんぴら	ぎゅうにゅう さんま ぶたにく かまぼこ くきわかめ かつおぶし	こめ むぎ はるさめ さとう あぶら ごま こんにやく	にんじん たけのこ たまねぎ キャベツ ねぎ しいたけ	
23 木	むぎごはん		はっぼうさい ぎょうざ きゅうりのちゅうかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく うずらのたまご いか ぎょうざ	こめ むぎ あぶら ごまあぶら	にんじん たけのこ たまねぎ キャベツ ピーマン きくらげ きゅうり しょうが にんにく	
24 金	カレーライス		フルーツヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく ヨーグルト	こめ むぎ じゃがいも あぶら	にんじん たまねぎ みかん パイン もも りんご バナナ にんにく しょうが	
27 月	むぎごはん		おやこに はるさめのすのもの つくだに ムース	ぎゅうにゅう とりにく たまご ちぎりあげ ハム こうやどうふ つくだに	こめ むぎ じゃがいも はるさめ さとう あぶら こんにやく	たまねぎ にんじん いんげん しいたけ きゅうり キャベツ	
28 火	しょくぱん		はるキャベツのクリームスー ポテトサラダ くだもの	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ハム	しょくパン じゃがいも こむぎこ バター マヨネーズ	キャベツ たまねぎ にんじん コーン パセリ きゅうり くだもの	
30 木	むぎごはん		いわしのカリカリフライ たまねぎのおかかあえ すいとん ふりかけ	ぎゅうにゅう いわし とりにく あぶらあげ かつおぶし	こめ むぎ すいとん じゃがいも さとう あぶら	たまねぎ きゅうり にんじん だいこん こまつな しいたけ	



入学・進級おめでとう
 ございます。新しい
 友達や先生との
 出会いを大切に
 してください。
 給食室では、みな
 さんが給食の時間
 を楽しみにして
 もらえるように
 がんばります。
 苦手な食べ物も
 あるかもしれませんが、
 少しずつ食べて
 みてください。

16日

ふるさとくまさんデー



★たけのこご飯★
 旬の生たけのこを使
 います。年に1度の献
 立です。春を味わいま
 しょう。
 ★白玉すまし汁★
 小川町では白玉粉が
 作られています。

毎月19日前後を「ふる
 さとくまさんデー」として、
 市産品を活用した献立
 や県内の郷土料理等を
 紹介していきます。



毎日きちんと
 手を洗おう！
 体と頭をしっかりと働か
 せるためにしっかりと食
 べて登校しましょう。

給食当番のみじたく



献立は物資の都合により変更することがあります。