




令和8年度 4月よていこんだてひょう



◆本月曜日がパンの日ですが、連休明けの火曜日がパンの日になることがあります。

宇城市学校給食センター

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	ざいりょう			ひとくちメモ	
					ちやにくやほねになる	ねつやちからになる	からだのちょうしをととのえる		
○	10	きん	むぎごはん	ハヤシライス コールスローサラダ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく だいず ハム	こめ むぎ あぶら じゃがいも	セロリ にんじん たまねぎ りんごピューレ しめじ えだまめ キャベツ きゅうり	ご入学・ご進級おめで とうございます! 新しい年度のスタート です。友だちや先生 方と協力して、楽しい 給食時間にしましょ う。今年度も、みなさ んが元気に過ごせる よう、安全安心でおい しい給食づくりを 頑張ります!	
	13	げつ	ミルクパン	スパゲティナポリタン ハムとみかんのマリネ おいわいゼリー	ぎゅうにゅう ベーコン とり ハム	ばん さとう スパゲティ オリーブゆ おいわいゼリー	たまねぎ にんじん ピーマン しめじ ダイストマト きゅうり みかんかん キャベツ		
	14	か	むぎごはん	わんたんスープ ぶたにくのしょうがやき	ぎゅうにゅう とり ぶたにく	こめ むぎ ワンタン あぶら さとう でんぷん	キャベツ にんじん ねぎ もやし きくらげ たまねぎ ピーマン		
	15	すい	むぎごはん	にくじゃが はるのいろどりサラダ しそこんぶ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく あつあげ サラダチキン	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう マヨネーズふうドレッシング	たまねぎ にんじん しいたけ しらたき いんげん きゅうり アスパラガス キャベツ コーン しそこんぶ		
	16	もく	むぎごはん	たけのこのみそしる かぼちゃひきにくフライ ごぼうとベーコンのきんぴら	ぎゅうにゅう とうふ わかめ ベーコン	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう	たけのこ たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ 南瓜挽肉フライ ごぼう つきこんにやく いんげん		
ふるさとくまさんデー：宇城市でとれたいちごを使ってフルーツヨーグルトをつくりま〜す									
○	17	きん	むぎごはん	ポークとまめのカレー フルーツヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ヨーグルト	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう	セロリ にんじん たまねぎ りんごピューレ みかんかん パイン ももかん いちご グリンピース	【ふるさとくまさんデー】 毎月19日の食育の 日を【ふるさとく まさんデー】とし て、地域でとれた 旬の食材を使った 献立や熊本の郷土 料理を紹介してい ます。今月のふる さとくまさんデー は、17日のフル ーツヨーグルトで す。旬のいちごが登 場 します。 	
○	20	げつ	こくとうパン	はるやさいのポトフ トマトオムレツ ツナとチーズのサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン とり トマトオムレツ ツナ クッキングチーズ	ばん さとう あぶら オリーブゆ じゃがいも	にんじん たけのこ グリンピース セロリ キャベツ レタス コーン きゅうり レモン		
	21	か	むぎごはん	あおさじる いわしのおかか せんざりポテトのサラダ	ぎゅうにゅう かつおぶし こんぶ いわしおかか サラダチキン	こめ むぎ じゃがいも ごま マヨネーズふうドレッシング さとう	あおさ たまねぎ にんじん ねぎ きゅうり レタス		
	22	すい	ピピンパ (にくみそいため ・ナムル)	わかめスープ	ぶたにく ぎゅうにゅう わかめ ベーコン あつあげ	こめ むぎ さとう あぶら ごまあぶら じゃがいも	にら キムチ もやし にんじん きゅうり たまねぎ えのきたけ ねぎ		
	23	もく	むぎごはん	おやこどぶりのぐ ひじきサラダ	ぎゅうにゅう とり かまぼこ あげ サラダチキン ひじき	こめ むぎ さとう でんぷん マヨネーズふうドレッシング ごま ねりごま	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ キャベツ きゅうり コーン		
	24	きん	たけのこごはん	とうふのすましじる ホキのてんたまあげ レモンあえ	ホキ とり ぎゅうにゅう かまぼこ わかめ こんぶ かつおぶし	こむぎこ こめ むぎ あぶら さとう	あおさ たけのこ にんじん ねぎ えだまめ えのきたけ たまねぎ キャベツ レモン		
○	27	げつ	カットまるパン	ABCスープ てりやきハンバーグ レタスとコーンのサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン うずらたまご ハンバーグ	ばん さとう マカロニ でんぷん オリーブゆ あぶら	コーン たまねぎ キャベツ にんじん りんごピューレ レタス きゅうり		
○	28	か	むぎごはん	ナスリマーポー さきいかとごぼうの かみかみあえ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ぶたレバー だいずミート するめ	こめ むぎ さとう ごまあぶら でんぷん マヨネーズふうドレッシング	ねぎ なす たけのこ たまねぎ にんじん ごぼう キャベツ コーン		
まごわやさしい和食の日 ま：とうふ ご：ねりごま、アーモンド わ：わかめ や：やさい さ：あじ し：しいたけ い：じゃがいも									
	30	もく	わかめごはん	かきたまじる あじフライ ナッツあえ	あじわかめ ぎゅうにゅう たまご とうふ かつおぶし こんぶ あじフライ	こめ むぎ じゃがいも でんぷん あぶら アーモンド ねりごま さとう	しいたけ たまねぎ にんじん ほうれんそう キャベツ きゅうり		

◆献立・材料・実施の有無は、都合により変更する場合があります。ご了承ください。


学校給食の目標のポイント

※「学校給食法 第二条より 抜粋・要約」


- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 食生活が多様な人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。
- 伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

学校給食は「食」を学ぶ時間です!

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康に良い食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



給食では、様々な食べ物を使って献立を作ります。その中には、苦手な食べ物や初めて食べる食べ物もあるかもしれません。まずは一口、勇気を出してチャレンジしてみましょう! 意外とおいしくて、素敵な出会いになるかもしれませんよ。給食を通して、苦手が【好き】に変わっていったらうれしいです(▽▽)。



食べているときは… あせらずに、よくかんで味わっていただきます。

