平成20年

3月よていこんだて

【小学校】

酒々井町学校給食 センター

日	曜日	しゅしょく てんかぶつ	牛乳	おかず	デザート	おもなざいりょうとはたらき ち・にく・ほねになるもの	ねつやちからになるもの	からだのちょうしをととのえるもの	ねつりょうKcal	たんぱくしつg
3	月	ちらしずし のり	○	まつかぜやき なのはなのごまあえ えびだんごのすましじる	さくらもち	牛乳 とりにく ぶたにく えび たまご	こめ さとう でんぷん ごま さくらもち	もやし なのはな ねぎ にんじん しいたけ こまつな	747	31.3
4	火	きなこあげパン	○	サケのハーブやき アスパラサラダ（マヨネーズ） ワンタンスープ	グレープゼリー	牛乳 サケ ぶたにく ナルト	パン あぶら さとう こむぎこ マヨネーズ	アスパラ キャベツ コーン にんじん ねぎ しいたけ チンゲンサイ	663	25.2
5	水	むぎごはん	○	ヒレカツ ビーフカレー こんにゃくサラダ（ドレッシング）	きよみオレンジ	牛乳 ぎゅうにく	こめ あぶら じゃがいも パンこ	たまねぎ にんじん ほうれんそう キャベツ グリンピース オレンジ	781	28.3
6	木	ごはん ふりかけ	○	カジキのみそてりやき ゆでブロッコリー（ドレッシング） にくじゃが	いちご 2ケ	牛乳 カジキ ぶたにく みそ	こめ あぶら じゃがいも さとう	ブロッコリー にんじん コーン たまねぎ いんげん いちご	710	31.1
7	金	バンズパン	○	にこみふうハンバーグ プチトマト 2ケ はくさいのクリームスープ	ばくがゼリー	牛乳 ぶたにく とりにく ベーコン チーズ	パン あぶら バター こむぎこ さとう	たまねぎ にんじん プチトマト はくさい グリンピース	684	28.5
10	月	わかめごはん	○	えびフライ（ソース） ほうれんそうわふうサラダ すましじる	かたぬき レアチーズ	牛乳 えび たまご とりにく とうふ ナルト	こめ あぶら さとう	ほうれんそう えのきだけ たまねぎ にんじん しいたけ こまつな	674	24.3
11	火	ごはん	○	ぶたにくのさんみやき きりぼしだいこんのにもの なめこじる	ミニ アセロラ ゼリー	牛乳 ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	こめ あぶら さとう	だいこん にんじん ねぎ なめこ こまつな いんげん	720	29.4
12	水	ちゅうかどん	○	ポークしゅうまい 2ケ	とろける あんにん デザート	牛乳 ぶたにく イカ えび ホタテ ナルト	こめ あぶら でんぷん さとう こむぎこ	にんじん しいたけ にんにく たけのこ きくらげ もやし チンゲンサイ みかん もも	749	30.0
13	木	カレーうどん	● コーヒー	もやしナムル ハムチーズフライ（ソース） フォカッチャ		牛乳 ぶたにく ハム チーズ ナルト	うどん あぶら フォカッチャ ごま	たまねぎ にんじん ねぎ こまつな もやし ほうれんそう	646	26.6
14	金	ごはん	○	あかうおいちやぼし そくせきづけ すきやき	すだちゼリー	牛乳 やきどうふ メバル ぎゅうにく	こめ あぶら さとう	キャベツ だいこん ねぎ にんじん はくさい えのきだけ	708	31.9
17	月	**卒業・進級 おめでとう 給食**		カレーピラフ 牛乳 タラとポテトのグラタン カリフラワーサラダ（マヨネーズ） にくだんごスープ おいわいデザート♡					745	24.9
18	火	**卒業式のため 給食中止**		6年生のみなさん ご卒業 おめでとう ございます☆						
19	水	セルフ ホットドック	○	フランクフルト（ケチャップ） ボイルキャベツ ポークビーンズシチュー	いちごミルク デザート	牛乳 ぶたにく いんげんまめ	パン あぶら じゃがいも バター こむぎこ	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ にんにく グリンピース しょうが	646	25.9
21	金	ごはん	○	とりのからあげ 2ケ おひたし しらたまじる	やきプリン	牛乳 とりにく あぶらあげ たまご	こめ あぶら でんぷん しらたま	ほうれんそう にんじん もやし しいたけ だいこん こまつな	768	32.3

・食材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。
・今年度の給食費の口座振替は、2月で終了しました。納め忘れていた場合は、至急、学級担任までお納めください。

今月の酒々井産

こめ

こまつな

ほうれんそう

健康な体は、毎日の食事がつくります。
今、そして将来も健康で、いきいきと過ごすことができるよう「食」を大事にしてくださいね。
給食センターの私たちも応援していますよ！

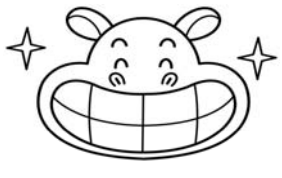
1年間をふりかえって

いつもおいしく食べることができましたか？
1年間をふりかえってみましょう。

毎朝、朝ごはんを
きちんと食べましたか。

「いただきます」
「ごちそうさま」の
食事のあいさつが
できましたか？

好ききらいせず、
何でも食べましたか？


よ～くかんで食べましたか？

食事の前の手洗いは
よくできましたか？

給食当番さんの仕事に
協力しましたか？