平成20年　４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
8	火	わかめごはん	○	さわらのあまみみそづけ いんげんのごまあえ こうはくしらたまじる	おめでとう コンフェ	ご進級おめでとう！よくかんで食べましょう。			744	30.9
9	水	ごはん	○	エビとさつまいものてんぷら（てんつゆ） ほうれんそうのピーナッツあえ なのはなのすましじる		牛乳　エビ とりにく　なると とうふ	こめ　さとう あぶら　さつまいも ピーナッツ	ほうれんそう　もやし にんじん　ねぎ　なのはな	683	26.4
10	木	ココアあげパン 給食費口座振替日（千葉銀行）	○	とりのハーブやき　2ケ かいそうのサラダ（ドレッシング） キャベツのクリームに	フルーツ ゼリー	牛乳　とりにく ベーコン　かいそう チーズ	パン　あぶら さとう　じゃがいも バター	だいこん　きゅうり にんじん　キャベツ たまねぎ　しめじ	649	29.4
11	金	ごはん 給食費口座振替日（京葉銀行・郵便局・JA成田市）	● いちご	さかなとやさいのメンチカツ（ソース） ひじきのごもくに とんじる		牛乳　イワシ　ひじき ちくわ　あぶらあげ とうふ　ぶたにく　みそ	こめ　さとう あぶら　パンこ じゃがいも	こんにゃく　にんじん だいこん　ねぎ	720	25.4
14	月	ごはん	○	さくらシューマイ キャベツとコーンサラダ（ドレッシング） おやこに	あまなつ	牛乳　タラ　エビ とりにく　たまご なると	こめ　さとう あぶら じゃがいも	キャベツ　きゅうり　コーン にんじん　たまねぎ しらたき　あまなつ	710	25.5
15	火	ごはん	○	とりのからあげ　2ケ マカロニサラダ わかたけじる	おいわい いちご ゼリー	１年生のみなさん　きゅうしょくがはじまります			738	29.2
16	水	しょくパン （チョコ・ホワイト）	○	ハンバーグおろしソース プチトマト　2ケ キャベツとベーコンスープ	アンパンマン チーズケーキ	牛乳　ぶたにく とりにく　ベーコン チーズ	パン　あぶら さとう　マカロニ	だいこん　にんじん たまねぎ　エリンギ	660	25.3
17	木	むぎごはん	○	ポークカレー うずらのたまごフライ　2ケ	きよみ オレンジ	牛乳　ぶたにく うずらたまご	こめ　むぎ　あぶら さとう　じゃがいも	たまねぎ　にんじん グリーンピース オレンジ	746	24.7
18	金	ごもくやきそば	○	ビッグにくだんご　2ケ もやしナムル	はらじゅく ドック	牛乳　ぶたにく イカ　えび	ちゅうかめん さとう　ごま あぶら	にんじん　たまねぎ キャベツ　ピーマン もやし　ほうれんそう	645	28.0
21	月	ごはん 給食費口座再振替日（千葉銀行）	○	さばのみそに ほうれんそうわふうサラダ えびだんごじる	ひとくち ピーチ ゼリー	牛乳　サバ エビ わかめ	こめ　さとう あぶら	えのきだけ　ほうれんそう にんじん　ほししいたけ みつば　ねぎ	684	26.5
22	火	こくとう しょくパン （マーマレード）	○	マカロニグラタン コールスローサラダ チキンコンソメスープ	いちご ヨーグルト	牛乳　ベーコン　ハム チーズ　とりにく ヨーグルト	パン　あぶら　さとう マカロニ	キャベツ　きゅうり　コーン にんじん　たまねぎ エリンギ　パセリ	677	25.4
23	水	たけのこごはん	○	あつやきたまご ささみときゅうりのあえもの なめこじる	ミニ クリーム たいやき	牛乳　たまご とりにく　とうふ みそ	こめ　さとう あぶら	えのきだけ　きゅうり にんじん　だいこん なめこ　ねぎ　こまつな	700	27.2
24	木	ごはん	○	ぶたにくのしょうがやき カリフラワーサラダ（マヨネーズ） じゃがいもとわかめのみそしる	カット パイン	牛乳　ぶたにく みそ わかめ	こめ　さとう マヨネーズ　あぶら	ブロッコリー　カリフラワー だいこん　にんじん こまつな　パイナップル	697	27
25	金	にこみうどん 給食費口座再振替日（京葉銀行・郵便局・JA成田市）	○	じゃがバタチキン　2ケ ごぼうサラダ	チーズ むしパン	牛乳　ぶたにく なると　あぶらあげ とりにく　ツナ　チーズ	うどん　さとう あぶら	にんじん　こまつな　ねぎ ごぼう　いんげん	621	25.9
28	月	ごはん	○	エビシューマイ　2ケ こんにゃくちゅうかサラダ マーボードウフ	キウイ フルーツ	牛乳　エビ カニかまぼこ とうふ　ぶたにく　みそ	こめ　さとう あぶら	こんにゃく　にんじん　ねぎ もやし　きゅうり　にら キウイフルーツ	705	27.7
30	水	ごはん	○	サーモンフライ　（タルタルソース） ポテトサラダ わかめスープ	りんご ゼリー	牛乳　サケ ハム　ホタテ なると　わかめ	こめ　あぶら パンこ じゃがいも	きゅうり　にんじん　コーン たまねぎ　ほうれんそう ねぎ	709	25.1

・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。
・新１年生の給食費は4・5月分（2か月分）を5月に口座振替します。

今月の酒々井産

しょうが

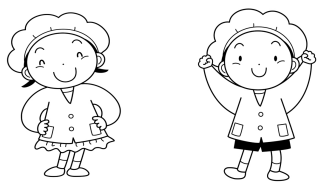
ごぼう

酒々井町直売組合の農家の方の協力をいただき、旬の新鮮な野菜を給食にとりいれています。
お米は、いつも酒々井産コシヒカリ一等米です。
おいしいですよ。

たのしい　おいしい　きゅうしょく

にがてなものも　ひとくち
たべてみよう。
みんなとたべると　おいしいよ。

偏食のほとんどが、食わずぎらいです。
小さいころからいろいろな食品にふれる
体験をしていくことが、大切です。



マスクとナフキンを
わすれずに　もってきてね。

はしをきちんと もつことが
できるかな？

きゅうしょくのまえに
うがいと　てあらいをしましょう。