

めあて：学校給食について知ろう。

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|---|---|---|---|
|  <p>新年度が始まりました。新しい生活に希望や期待でいっぱい のことでしょう。 学校生活を充実したものにするためには、なにより健康が 大切です。給食センターでは、みなさんが元気に学校生活を 送れるように安全でおいしい給食づくりに努めていきます。</p> | | | | 5 |
| | | | | <p>わかめごはん 牛乳 肉じゃがコロッケ 和風サラダ 花なるとのすまし汁</p> |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| <p>ごはん 牛乳 豚キムチ おひたし 豆腐とわかめのみそ汁</p> | <p>ごはん 牛乳 白身魚フライ ベーコンソースかけ 春雨の炒め物 じゃがいものみそ汁</p> | <p>焼きそば 牛乳 コーンしゅうまい (小2個、中3個) 花野菜のサラダ ミニパン</p> | <p>ごはん 牛乳 鮭の西京焼き チンゲン菜のあえ物 八杯豆腐</p> | <p>ごはん 牛乳 キャベツメンチカツ (パックソース) 切り干し大根の煮物 たまねぎのみそ汁</p> |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| <p>ごはん 牛乳 鶏肉のマスタード焼き きんぴらごぼう かぶのみそ汁</p> | <p>ごはん 牛乳 さばのみそ煮 ごまあえ 肉団子汁</p> | <p>野菜みそラーメン 牛乳 タコメンチ フルーツの ヨーグルトあえ</p> | <p>ごはん 牛乳 ほっけみりん醤油焼き たけのこの煮物 小松菜のみそ汁</p> | <p>ビビンバ丼 牛乳 グリーンサラダ にらたまスープ</p> |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| <p>ごはん 牛乳 イカクリスピー カラフル炒め チンゲン菜のみそ汁 ふりかけ</p> | <p>ごはん 牛乳 赤魚の塩焼き なめたけあえ みそワントン汁</p> | <p>山菜うどん 牛乳 彩り野菜の玉子焼き キャベツの浅漬け オレンジ</p> | <p>ごはん 牛乳 鶏肉のからあげ (小2個、中3個) 荳わかめの炒め煮 大根のみそ汁</p> | <p>むぎ 麦ごはん 牛乳 ポークカレー ツナサラダ お祝いいちごゼリー</p> |
| 29 | 30 | <div data-bbox="662 1691 1492 2116"> <p>身支度も給食当番の大切な仕事です。給食当番の健康チェックも忘れずに！</p> <p>ぼうしやバンダナは髪が毛がでないようにかぶりましょう。</p> <p>マスクは鼻がかくれるようにつけましょう。</p> <p>週末には洗濯をして、清潔な白衣やエプロンを身につけましょう。</p> <p>石けんで手をしっかり洗い、清潔なハンカチでふきましょ。</p>  </div> | | |
| <p>昭和の白 牛乳 ハンバーグ デミグラスソース 野菜炒め コンソメスープ</p> | | | | |

おいしく食べるためには、盛りつけ方や食器の置き方も大切です。また、姿勢が悪いと胃が圧迫されて消化によくありません。よい姿勢で食べることは、見た目だけでなく、体の健康にも大切です。



※はしは洗って毎日持ってきましょう。
※献立は、物資の都合等により変更になる場合があります。