

日	献立名	主 な 材 料			エネルギー (kcal)
		体をつくる	体の調子をととのえる	エネルギーのもと	
7 (火)	ごはん だいにんのみそしる キャベツメンチ きゅうりとささみのナムル	牛乳 わかめ みそ とりにく ぶたにく あぶらあげ	だいにん にんじん ながねぎ まいたけ たもぎたけ しめじ キャベツ きゅうり もやし	ごはん パンこ こめあぶら ごま あぶら	小636 中761
8 (水)	バターパン ポトフ フライドチキン なまクリームあえ	牛乳 ウィナー とりにく なまクリーム	にんじん キャベツ たまねぎ パセリ もも みかん りんご	バターパン こむぎ こ じゃがいも こめあぶら	小688 中866
9 (木)	ごはん とりごぼうだんごじる にしんかんろに きりぼしだいにん	牛乳 とりにく とうふ あぶらあげ にしん ひ じき ほっけ	しょうが にんじん ながねぎ たも ぎたけ しめじ まいたけ だいにん つきこんにゃく ごぼう しいたけ	ごはん さんおんと う こめあぶら	小620 中756
10 (金)	ごはん トマトとレタスのスープ しろみざかなフライ ごまあえ パックソース	牛乳 たまご ホキ	もやし はくさい こまつな ハンサムグリーンレタス フリ ルレタス トマト	ごはん でんぷん こめあぶら さんお んとう ごま パンこ	小616 中744
13 (月)	ごはん かぼちゃだんごじる にくだんごこめみそだれ(小1こ・中2こ) はるさめサラダ	牛乳 とりにく ハム あぶらあげ ぶたにく みそ	ごぼう にんじん ながねぎ あか ピーマン キャベツ きゅうり とうもろこし かぼちゃ	ごはん こめあぶら さんおんとう ごま ごまあぶら はるさめ	小628 中843
14 (火)	だにんどん ちくわいそべあげ もやしのおひたし	牛乳 ぶたにく たまご ちくわ かつお のり	たまねぎ にんじん みつば しいたけ もやし	ごはん さんおん とう こめあぶら でんぷん	小681 中826
15 (水)	しょうゆやさいラーメン くろまめコロッケ コーンソテー	牛乳 ぶたにく なると くろまめ ウィナー	たけのこ こまつな にんじん もやし たまねぎ ながねぎ しょうが にんに く とうもろこし いんげん	ラーメン こめあぶ ら パンこ	小630 中743
16 (木)	ごはん きくらげとたまごのスープ エビカツレツ おいおいクレープ ふかがわトンちゃんトマトに	牛乳 たまご えび ぶたにく とうにゅう たら	きくらげ ながねぎ たまねぎ にんじん トマト にんにく いちご ピーマン	ごはん でんぷん こめあぶら バター パンこ	小746 中885
17 (金)	ごはん のっぺいじる ハンバーグのケチャップかけ はくさいのおひたし	牛乳 とうふ あぶらあ げ とりにく ぶたにく かつお	だいにん ごぼう にんじん ながねぎ トマト はくさい もやし	ごはん でんぷん こめあぶら さんお んとう	小625 中794
20 (月)	ごはん いものみそしる さけとやさいのメンチカツ きんぴらごぼう	牛乳 とうふ あぶらあ げ みそ さけ ベー コン わかめ	にんじん たまねぎ ながねぎ ごぼう つきこんにゃく	ごはん じゃがいも こめあぶら さんお んとう ごま パンこ	小702 中836
21 (火)	ごはん よしのじる ごもくたまごやき だいにんのそぼろに はいわりかけ	牛乳 あぶらあげ ひじ き ぶたにく たまご とりにく とうふ	にんじん ごぼう ながねぎ だいにん たまねぎ しめじ えだまめ しいたけ	ごはん こめあぶ ら さんおんとう でんぷん	小662 中794
22 (水)	コッパン かぼちゃいりクリームに チーズはんぺんフライ やきぶたときゅうりのあえもの	牛乳 とりにく スキム ミルク なまクリーム チーズ ぶたにく たら	かぼちゃ しめじ はくさい にんじん たまねぎ とうもろこし きゅうり キャベツ	コッパン バター こ めあぶら さんおん とう ごまあぶら パンこ	小711 中922
23 (木)	ごはん たぬきじる さんまオレンジに にんじんのソテー	牛乳 とうふ あぶらあ げ みそ さんま ぶた にく	つきこんにゃく ながねぎ に んじん ごぼう だいにん し ょうが オレンジ たまねぎ	ごはん じゃがいも こめあぶら さんお んとう	小658 中786
24 (金)	ごはん はくさいとミートボールのスープ ちゅうかはるまき ブロッコリーのおかかあえ	牛乳 ぶたにく とり く かつお	はくさい こまつな にんじん ブロッコリー たまねぎ キャベツ たけのこ	ごはん はるさめ こめあぶら さんお んとう でんぷん	小640 中768
27 (月)	ごはん もやしのみそしる ぎょうざ(2こ) じゃがいものそぼろに	牛乳 あぶらあげ わか め みそ ぶたにく とりにく	もやし ながねぎ たまねぎ にん じん にんにく しょうが たまね ぎ いんげん しいたけ キャベツ	ごはん こむぎこ じゃがいも さんお んとう でんぷん	小627 中756
28 (火)	トマトキーマカレー パンプキンアンサンブルエッグ きゅうりとにんじんのつけもの	牛乳 ぶたにく たまご	トマト たまねぎ にんじん しめじ しょうが にんにく きゅうり かぼちゃ トマト	ごはん こめあぶ ら	小658 中802
29	昭 和 の 日				
30 (木)	ごはん チンゲンサイとしめじのスープ メンチカツたれつき もやしときゅうりのごまあぶらあえ	牛乳 とりにく たま ご ぶたにく	とうもろこし チンゲンサイ しめじ しょうが もやし きゅうり ながねぎ	ごはん でんぷん さ んおんとう こめあぶ ら ごまあぶら パンこ	小670 中806

元気いっぱいの新入学生を迎え、新学期の給食が始まります。学校給食は、集団生活の中での教育の一環であり、成長期にある子どもたちが栄養バランスのとれた適切な食事を先生や友達と一緒にとりながら、心とからだの健康を図ろうとするものです。環境がかわるこの季節は、緊張が続いて体調を崩しやすくなるので、睡眠をしっかりと、朝食を食べて登校するようにしましょう。

*****4月の献立説明*****

7日(火)・・・だいにんのみそしる
給食で使用している調理用味噌は、北空知産の大豆を原料とした手作り味噌です。



10日(金)・・・トマトとレタスのスープ
レタスは地元で水耕栽培され収穫された2種類のレタスです。両方ともシャキシャキ感があり、少し苦味がある「ハンサムグリーンレタス」と玉レタスに似た味わいの「フリルレタス」です。

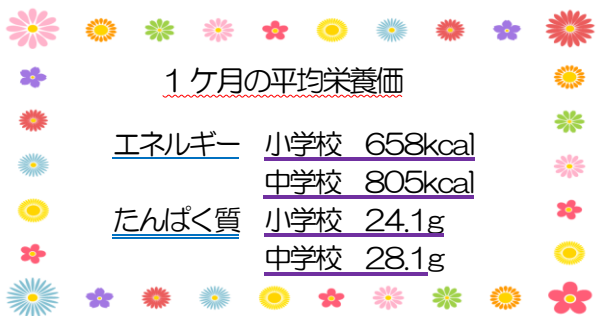
15日(水)・・・しょうゆやさいラーメン
給食のラーメンやうどんなどは、全て北海道産小麦粉を使用しています。

まいにちのきゅうにゅう
毎日飲む牛乳

牛乳は成長期に欠かせないカルシウム・たんぱく質・ビタミンなどの栄養素を豊富に含んでいるので毎日飲みます。1日に必要なカルシウム量をとるために、給食の牛乳をしっかり飲むことが大切です。



- *牛乳は毎日付きます。
- *今月のお米は深川産の「ななつぼし」を使用しています。
- *都合により献立の一部が変更になる場合がありますのでご了承ください。
- *北空知産の食材は太く斜め文字であらわしています。



学校給食について ~こんなことに気をつけています

- 食材** 地元でとれた食材を中心とし、なるべく道産のものを使用しています。
- 献立** 行事食や旬の食材をできるだけとり入れるように工夫しています。
- 栄養** 文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、1日に必要な栄養の3分の1程度とれるようにしています。
- 調理・衛生** 食材は安全に扱うため、野菜は水槽で3回洗い、食材すべて加熱調理しています。また、食材を汚染させないように、エプロンを使

