



4月 きゅうしょく よていこんだてひょう

給食のめあて 給食時間の過ごし方を知ろう



令和6年度 宇美町立宇美小学校

日	曜	こんだてめい	おもなしょくひん			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			きいろ	あか	みどり		
			ねつやちからのもとなる	ちやにく、ほねになる	からだのちようしをととのえる		
10	水	ぎゅうにゅう むぎごはん ハッシュドチキン レモンドレッシングサラダ	こめ むぎ デミグラスソース ハヤシルウ あぶら さとう あぶら	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ハム	みどり たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり コーン レモン	597	20.7
11	木	にゅうがくしき					
12	金	ぎゅうにゅう たけのこごはん みそけんちんじる こまつなとツナのあえもの とうにゅうプリン	こめ あぶら じゃがいも ごまあぶら さとう みずあめ さとう	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ あつあげ みそ こんぶ(だし) いりこ(だし) まぐろ とうにゅう	みどり たけのこ にんじん たまねぎ だいこん にんじん こんにゃく ねぎ しいたけ こまつな もやし	616	21.6
15	月	ぎゅうにゅう むぎごはん にくじゃが きりぼしだいこんのサラダ なっとう	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら さとう さとう みずあめ	ぎゅうにゅう ぶたにく まぐろ だいず かつお(だし)	みどり たまねぎ にんじん こんにゃく いんげん しょうが キャベツ きゅうり にんじん きりぼしだいこん	617	24.8
16	火	ぎゅうにゅう むぎごはん わかめじる チキンなんばん ノンエッグタルタルソース ブロッコリーのしおゆで	こめ むぎ こむぎこ でんぷん さとう あぶら さとう みずあめ あぶら	ぎゅうにゅう わかめ とうふ かつお(だし) こんぶ(だし) とりにく だいず	みどり えのきたけ たまねぎ ねぎ たまねぎ にんじん ピーマン ピクルス たまねぎ レモン こんにゃく パセリ ブロッコリー	615	26.4
17	水	ぎゅうにゅう むぎごはん じゃがいものみそじる さわらのみりんづけ うらかみそぼろ	こめ むぎ じゃがいも さとう さとう あぶら	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ いりこ(だし) さわら ぶたにく	みどり たまねぎ にんじん ねぎ ごぼう こんにゃく もやし にんじん しょうが	609	26.2
18	木	ぎゅうにゅう コッペパン とうにゅうコーンチャウダー ジャーマンポテト さくらゼリー	こむぎこ さとう マーガリン マカロニ でんぷん あぶら じゃがいも オリーブオイル さとう みずあめ	ぎゅうにゅう とりにく しろいんげんまめ とうにゅう ベーコン	みどり たまねぎ にんじん えだまめ コーン たまねぎ さくらんぼ レモン	653	24.1
19	金	ぎゅうにゅう むぎごはん ポークカレー はるキャベツのサラダ	こめ むぎ じゃがいも カレールウ あぶら さとう あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ハム	みどり たまねぎ にんじん りんご トマト しょうが にんにく キャベツ きゅうり にんじん コーン	590	19.9

※ 物資購入等の都合により、献立が変更・中止になる場合があります。ご了承ください。

※ 毎月19日は、「うみ朝食の日」です。朝ごはんをしっかり食べて登校しましょう。



給食がはじまります～

進級・入学おめでとうございます。いよいよ新学期、給食がはじまります。給食では、成長期にある子どもたちの心身の健全な発達のために、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供します。安全で安心な給食の提供に努めてまいります。今年度も引き続き、ご理解とご協力をお願いします。

