

平成28年
4月 14回

学校給食献立表

長久手市立長久手給食センター

曜日	献立名	その他	血や肉や骨になる食品	体の調子を整える食品	はたらく力や体温になる食品
11月	すまじる さわらのゆうあんやきの キャベツとツナのあえもの		牛乳 かまぼこ・とうふ・あぶらあげ さわら・オイルツナ	みつば・だいこん・えのきたけ ゆずかじゅう・レモンかじゅう キャベツ・きゅうり	ごはん さとう・でんぶ こめあぶら
12月	ハッシュドライス(乳) アーモンドサラダ オレ	クラスようアーモンド	牛乳 ぶたにく・なまクリーム ベーコン	にんじん・たまねぎ・セロリー トマトジュース・キャベツ いんげん・きゅうり・オレンジ	ごはん こむぎこ・バター・さとう アーモンド・オリーブあぶら
13日	だんご もくあつこ ねりこ	センターふりかけ	牛乳 とりにく・ごもくあつきたまご オイルツナ・さけ・あおりのこ	ねぎ・はくさい・にんじん・ほししいたけ レモンかじゅう・とうもろこし ほうれんそう・もやし・ゆかりこ	ごはん じゃがボール・ねりごま さとう・ごま
14日	マポーど えびしゅうまい(小2・中3) はるさめサラダ		牛乳 とうふ・ぶたひきにく・あかみそ えびしゅうまい・ロースハム	ねぎ・しょうが・にら・キャベツ きゅうり	ごはん さとう・でんぶ・ごまあぶら はるさめ・こめあぶら
15日	チキンライス やさしいたっぶりスープ しろみぎかなのフリッター(小1・2年に3・6・2に#3)	◎いちごの スティックケーキ	牛乳 ベーコン・とりにく しろみぎかなのフリッター	にんじん・はくさい・マッシュルーム セロリー・たまねぎ・パセリ	アル マイ フ ア ごはん じゃがいも・さとう いちごのスティックケーキ
18日	とさば うまみ おなか		牛乳 とりにく・とうふ・かまぼこ さばうまみそに・オイルツナ かつおぶし	にんじん・えのきたけ・ねぎ・キャベツ きゅうり	ごはん さとう
19日	ドジャーマン ライオンサ レポテ		牛乳 ぶたひきにく・ベーコン	にんじん・たまねぎ・グリーンピース いんげん・とうもろこし・キャベツ きゅうり	ごはん さとう・じゃがいも こめあぶら・オリーブあぶら
20日	このもく けんちんしのだのあんかけ	◎ピーチゼリー	牛乳 とりにく・かまぼこ・あぶらあげ ぶたにく・なまあげ けんちんしのだ	ごぼう・ほししいたけ・だいこん にんじん・ねぎ	アル マイ フ ア ごはん アルファかもちまい・こめあぶら さとう・でんぶ・さとう ピーチゼリー
21日	ワンタン まるま		牛乳 とりにく・はるまき	ねぎ・たけのこ・はくさい・にんじん ほししいたけ・ほうれんそう・もやし だいこん	ごはん ワンタン・こめあぶら・さとう ごまあぶら
22日	にくじや れんこんハンバーグ きゅうりのごまじょうゆあえ		牛乳 ぶたにく・れんこんハンバーグ	たまねぎ・にんじん・こんにゃく きゅうり	ごはん じゃがいも・さとう・こめあぶら でんぶ・ごま・ごまあぶら
25日	あわせみそ りくのふうみやぎ ごぼらう		牛乳 とうふ・わかめ・あぶらあげ あかみそ・しろみそ・とりにく ロースハム	にんじん・ねぎ・はくさい・だいこん しいたけ・レモンかじゅう・ごぼう キャベツ・きゅうり	ごはん さとう・こめあぶら・ごま
26日	はるさいのふくめに さきけのレモンふう ぼしだいこんサラダ		牛乳 とりにく・なまあげ・さけ ロースハム	こんにゃく・たけのこ・にんじん・ほししいたけ ふき・いんげん・ねぎ・たまねぎ・レモンかじゅう きりぼしだいこん・きゅうり	ごはん さとう・でんぶ・こめあぶら
27日	ぶたにくのト マテ フールツのジュレあえ		牛乳 ぶたにく・ウインナー	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム いんげん・トマトジュース・キャベツ チンゲンサイ・とうもろこし・みかん もも・パイナップル	アル マイ フ ア ごはん じゃがいも・さとう こめあぶら・アセロラジュレ
28日	ちゅうかあん しょうろんポウ(小1・中2) ちゅうかサラダ		牛乳 ぶたにく・あさり・えび しょうろんポウ・ロースハム	にんじん・たまねぎ・はくさい ほししいたけ・キャベツ・きゅうり	めん ソフト さとう・ごまあぶら・でんぶ ごま

◎は業者が直接学校へ配送します。○HPに詳細な材料表がのっています。ご覧ください。

【献立について】

- 11日(月) 「さわらのゆうあんやき」です。しょうゆとみりんを合わせた調味料にゆずの香りをつけたものを幽庵地といいます。これを焼いたさわらにかけていきます。「さわら」は漢字で「鱈」と書きます。春の魚「さわら」をいただきますよ。
- 12日(火) かみまるくんの日です。「アーモンドサラダ」よくかんで食べてください。よくかむことでおこを強くし、虫歯を予防します。
- 15日(金) 新小学1年生の給食開始日です。お祝いデザートに「いちごのスティックケーキ」がきます。
- 26日(火) 「はるさいのふくめに」です。旬のたけのことふきを使ったおいしい煮物です。
- 27日(水) 「あいちのこめこパン(乳)」です。このパンは個包装されているので、大皿に「野菜ソテー」と一緒にのせてください。

毎月19日は「食育の日」～おうちでごはんの日～です。

今月の19日の献立はごはんにあう「ドライカレー」です。ごはんはドライカレーをかけて、しっかりごはんを食べましょう！
今年度は「ごはんをしっかりと食べよう」という趣旨の元、毎月の献立表でごはんにあう給食を紹介していきます。お楽しみに。



今月の愛知の野菜

キャベツ、きゅうり、大根、チンゲンサイ、ねぎ、パセリ、ふき、ほうれん草、みつば、ミニトマト



アレルギー用献立表はホームページに掲載されています。参考にしてください。

古紙配合率100%再生紙を利用しています。白色度70% **12100**

にゅうがく
ご入学・ご進級おめでとうございます



新年度が始まりました。新入生の1年間おしくお願ひします！

みなさんも在校生のみなさんも、これから始まる新しい生活に、不安と期待が入り混じっていることと思います。楽しい学校生活を送るためには、健康第一！特に、環境が変わる4月は疲れがたまりやすい時です。早寝早起きを心がけ、朝ごはんをしっかりと食べて登校するようにしましょう。

愛情 たっぶり
おいしい給食を作ります



☆給食センターでは長久手市のホームページにおいて、家庭配布用献立表と共に詳細な献立の材料表や給食メニューの作り方をのせています。ご家庭で活用してください。
☆アレルギー等でより詳細な食材の成分表が必要な方は、学級担任へお申し出ください。