

学校給食献立表

平成25年4月(13回)

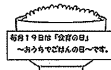
長久手給食センター

曜日	献立名	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 木	はるまきパン ちゅうかあん うなぎサラダ バンバンジー	◎いちごのタルト 牛乳	ぶたにく・あさり・ささみ にんじん・たまねぎ・はくさい ほししいたけ・きゅうり・もやし しょうが	めんソフ こめあぶら・さとう ごまあぶら・でんぶ いちごのタルト
12 金	ぶたにくのしょうがやき ごまめ さつまじ	アーモンドいり ごさかな 牛乳	ぶたにく・とりにく とうふ・けずりぶし・みそ アーモンドごさかな	ごはん さとう・ごま
15 月	よしのの ツナのあまから グレープフルーツ	牛乳	とりにく・なまあげ たまはんぺん・かきごり けずりぶし・オイルツナ	ごはん こんにやく・さとう でんぶ
16 火	チキンナゲット(小2・中3) イタリアンスパゲティ グリーンサラダ	牛乳 チキンナゲット・ウインナー ぶたひきにく・こなチーズ ベーコン	たまねぎ・ピーマン・にんじん トマトジュース・きゅうり キャベツ・パセリ	クロ スパゲティ・バター オリーブあぶら・さとう
17 水	さんまのおかか じゃがいものそぼろ ごぼろサラダ	牛乳	さんまのおかか ぶたひきにく・オイルツナ	ごはん じゃがいも・こめあぶら さとう・ごま・ごまあぶら
18 木	メキシカンピラフ ポテトカップグラタン やさいたっぷりスープ	◎おいおいゼリー 牛乳	とりにく・こなチーズ ポテトカップグラタン ベーコン	かま バター・じゃがいも ミニあおりんごゼリー
19 金	カレールー ハム オレノジ 1/4こ	牛乳	ぶたにく・こなチーズ チキンハム	ごはん じゃがいも・こめあぶら こむぎこ・バター・さとう アーモンド・オリーブあぶら
22 月	そぼろごはん しおめ おこし	牛乳	とりひきにく・しおめ ぶたにく・とうふ・けずりぶし みそ・しろみそ	ごはん さとう・こめあぶら ごま
23 火	ごもくご まめめ はるまき はるまき	◎アセロラゼリー 牛乳	とりにく・かまぼこ まめめ はるまき はるまき	かま アルファかもちまい こめあぶら・さとう
24 水	フーヨーハイ はっほう わかめ	牛乳	フーヨーハイ・ぶたにく むさびい・いか・うずらたまご わかめ	ごはん さとう・でんぶ ごまあぶら・ごま
25 木	ハンバーグのトマトソースかけ フレンチサラダ とりにく・クリーム	スライスチーズ 牛乳	スライスチーズ・ハンバーグ とりにく・こなチーズ ちようりょうきゅうにゅう なまクリーム	バ こめあぶら・さとう オリーブあぶら・じゃがいも こむぎこ・バター
26 金	さばのこうみ アーモンド だんご	牛乳	さば・あおのり とりにく・けずりぶし	ごはん さとう・アーモンド じゃがボール
30 火	サーモンフライ じゃがいものバター アスパラサラダ	クラスよう サウザンアイランド ドレッシング 牛乳	サーモンフライ ぶたひきにく・ベーコン	パン こめあぶら・じゃがいも バター・さとう サウザンアイランドドレッシング

◎は業者が直接学校へ配送します。

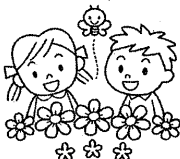
〈献立について〉

- 4月11日(木) 給食が始まります。
進級のお祝いとして、いちごタルトが
つきます。
- 4月12日(金) 「ぶたにくのしょうがやき」「アー
モンド入りごさかな」月に一度のかみ
まる君の日です。ぶたにくは1人1まい
です。しっかりかんで食べてください。
- 4月18日(木) 小学校1年生の給食がはじまります。
おいおいにあおりんごのゼリーがつき
ます。
- 4月22日(月) そぼろごはんは、ごはんの上にそぼろ
のぐをのせてたべてください。
- 4月24日(水) フーヨーハイはカニのはいったちゅう
かふうたまごやきです。
- 4月25日(木) サンドイッチパンズパンにスライスチ
ーズとハンバーグをはさんで食べてく
ださい。
- 4月30日(火) クラス用サウザンドレッシングにはた
まごが入っています。アレルギーの方
のぶんを配食してから、ドレッシング
であえてください。



長久手市の野菜が
給食に登場します

ほうれん草 25日
(有) 東海屋さん



より食材の変更をさせていただく場合があります。

古紙率100%再生紙を利用しています。

白色度 70% 12100

給食が始まりま〜す!

おうちの方へ
給食の時間を通して、身につけてほしいことをまとめてみました。
ご家庭での食事指導にも参考にしてみてください。

食事の前には手をあらいましょう

- 【正しい手のあらい方】
- ① 流水でよごれをかんたんにあらいます。
 - ② せっけんをつけてよくあわ立てる。
 - ③ てのひらを合わせて、よくこする。
 - ④ 流水で、せっけんをよごれを十分にあらいます。
 - ⑤ 清潔なタオルかハンカチで水気をふき取る。

はしは正しく持てますか?

- 【はしの持ち方】
- ① 1本をえんぴつのように、親指、人差し指、中指で持つ。
 - ② もう1本は矢印のほうから入れて、親指の付け根と、薬指で支えるようにする。
 - ③ 上のはしを動かして、はしの先を削いたりして、食べ物をつまみます。

食器とはしのならべ方

ご飯は左、しるものは右、はしは手前、おかずはおくにならべます。

はしは正しく持てますか?

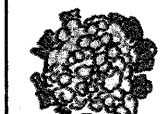
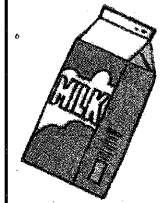
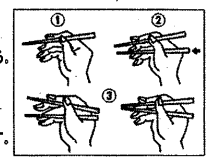
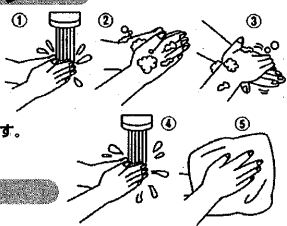
いすに深くこしかけ、せなかをのばしてすわります。
ちゃんやカップは、はしを持つ手とは逆の手で持って食べましょう。
ひじをついたり、かたほうの手を使わずお皿に口を近づけて食べるの
は、きょうきがよくありません。

あいさつをわすれずに

食べるときは「いただきます」食べ終わったら「ごちそうさまでした」
食べ物や、その食べ物を作った人・とった人、食べ物を料理する人な
どに感謝して食べましょう。

気持ちよく食べましょう

友達や先生と会話しながら、楽しく食べましょう。
食べているときに立ち歩いたり、食べ物が口に入っているのにおしゃ
べりしたり、友達がいやがうように話はやめましょう。





保育所給食献立表

平成25年 4月

長久手給食センター

曜日	献立名	ジャム・マーガリン その他	材 料 名 など	主 食	お や つ
1月	委 託 弁 当	よいこ牛乳	鶏の竜田揚げ／卵焼き／さばの照り焼き／ じゃがいも／トマト煮／いんげん／コーンのソテー	ごはん	りんごゼリー
2火	委 託 弁 当	よいこ牛乳	カレーコロッケ／鶏のイタリアン焼き／ ほうれん草のしゅうまい／カラフルピーマンソテー／ 大根のうま煮	ごはん	クッキー
3水	委 託 弁 当	よいこ牛乳	すき焼きコロッケ／あじの塩焼き／焼きそば／菜の花のお浸し／ 筑前煮	ごはん	カルテツゴフレット 野菜&果物ジュース
4木	委 託 弁 当	よいこ牛乳	チキンナゲット／豚のみそ炒め／赤魚の煮付け／ 小松菜のじゃこ炒め／リボンマカロニサラダ	ごはん	※バナナ
5金	チキンライ ス 白 あ じ フ リ ッ タ ー	よいこ牛乳	米・鶏もも肉・たまねぎ・にんじん・グリーンピース／ はくさい・豚もも肉・たまねぎ・干ししいたけ	チキンライス	ヨーグルト
6土	型 抜 き チ ー ズ ミ ニ ト マ ト	土曜日牛乳	              	ツナパン	
8月	肉 じ や が お か れ ン し	よいこ牛乳	じゃがいも・たまねぎ・豚もも肉・こんにゃく・にんじん・ いんげん・干ししいたけ／キャベツ・ほうれん草・油揚げ・ かつおぶし	ごはん	お祝いデザート
9火	里 芋 の す ま し 五 さ め の 風 味 焼 き	よいこ牛乳 ミニゼリー (ぶどう)	里芋・かまぼこ・にんじん・ほうれん草／こんにゃく・ ごぼう・にんじん・豚もも肉・ピーマン・ごま・ごま油／ 鶏ささみ・ねぎ・レモン果汁	ごはん (各園炊飯)	野菜ウエハース 発酵乳
10水	白 塩 昆 布 厚 焼 き	よいこ牛乳	大根・じゃがいも・にんじん・油揚げ・豆腐・わかめ・ ねぎ／キャベツ・きゅうり・塩昆布	ごはん	小魚ぼんせん
11木	ク リ ー ム シ チ ュ ヤ ロ ッ チ サ ラ ッ	よいこ牛乳	鶏むね肉・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・バター・ パセリ・粉チーズ・スキムミルク／にんじん・とうもろこし・ いんげん	バター ロールパン	おさかなサブレ
12金	中 華 豆 腐 バ ン 巻	よいこ牛乳	豚もも肉・はくさい・にんじん・豆腐・もやし・干ししいたけ・ ねぎ・ほうれん草／もやし・きゅうり・鶏ささみ・ごま油	ごはん	ピーチゼリー
13土	ソ ー セ ー ジ バ ナ ナ	土曜日牛乳	              	エッグパン	
15月	え び し ん じ ょ う 菜 の 花 の お か さん	よいこ牛乳	えび団子・豆腐・にんじん・干ししいたけ・みつば／ なばな・にんじん・ごま・たまご	ごはん	星のせんべい
16火	ポ サ ク ビ ー ワ ー キ ャ ベ ツ 鶏 か ら 揚 げ レ モ ン 漬	よいこ牛乳	豚もも肉・大豆・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・ パセリ・粉チーズ／キャベツ・きゅうり・レモン果汁／ 鶏もも肉・レモン果汁	ミルク ロールパン	全粒粉クラッカー 発酵乳
17水	吉 じ き の 炒 め ひ か れ い の 野 菜 あ っ	よいこ牛乳	大根・鶏むね肉・にんじん・生揚げ・ねぎ／ひじき・鶏もも肉・ 油揚げ・枝豆／かれい・たまねぎ・はくさい・にんじん・ 干ししいたけ	ごはん	※いちご
18木	ポ ア メ リ カ ン ス コ ッ チ エ ッ ト	よいこ牛乳 りんごジャム	じゃがいも・にんじん・たまねぎ・キャベツ・セロリ・ ウインナー／ベーコン・きゅうり・キャベツ・チーズ・ ポテトチップス	スライスパン	ブルーベリーゼリー
19金	マ 春 雨 ポ ー 豆 海 鮮 サ ラ 型 抜 き ち ー ズ	よいこ牛乳	豆腐・豚ひき肉・ねぎ・にら／きゅうり・はるさめ・ハム・ キャベツ・ごま油	ごはん	バームクーヘン
20土	オ レ ン ジ	土曜日牛乳	              	ハムパン	
22月	親 子 井 け っ か し 和 ん ち ん の だ の あ っ	よいこ牛乳 きざみのり	たまご・鶏もも肉・たまねぎ・にんじん／キャベツ・ きゅうり・ゆかり粉	ごはん	スティック菓子
23火	中 華 飯 き っ か れ の だ の あ っ	よいこ牛乳	豚もも肉・キャベツ・にんじん・たまねぎ・あさり・ 干ししいたけ／きゅうり・ごま・ごま油／さわか・にんじん・ たまねぎ	ごはん (各園炊飯)	かぼちゃプリン
24水	カ レ ー ラ イ 大 豆 サ ラ ミ ト マ	よいこ牛乳	豚もも肉・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・バター・りんご・ パセリ・粉チーズ・スキムミルク／大豆・ベーコン・キャベツ・ きゅうり	ごはん	ベジタブルせんべい
25木	ク ラ ム チ ャ ウ ア ス パ ラ サ オ バ ラ	よいこ牛乳 ブルーベリージャム つぶつぶクチャップ	あさり・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・豚もも肉・ マッシュルーム・ほうれん草・バター・粉チーズ・ スキムミルク／アスパラガス・ハム・とうもろこし	スライスパン	豆乳ドーナツ ※オレンジ
26金	も ち も ち 団 子 み そ 酢 和 一 口 チ ー ズ	よいこ牛乳	ジャガボール・はくさい・大根・にんじん・豚もも肉・ 干ししいたけ・ねぎ／鶏ささみ・もやし・キャベツ・きゅうり・ しょうが・ごま	ごはん	ミレービスケット
27土	バ ナ ナ	土曜日牛乳	              	ウインナーパン	
30火	ヤ ン ソ メ ス ー コ ぼ う 入 り つ ね	よいこ牛乳	やさきそば・豚もも肉・キャベツ・にんじん・ピーマン・ あおろ粉／ベーコン・たまねぎ・はくさい・にんじん・ マッシュルーム・パセリ	バター ロールパン	ブルーヨーグルト

ご入園・ご進級 おめでとうございます

新しく園に入る子や1つ大きいクラスにあがる子が
いますね。
新しい友達や先生と給食の時間を楽しく過ごしてくれと、給食
センターの調理員や栄養士はとてうれしく思います。
そして、苦手なものも少しずつ食べられるようになって、元気に
過ごしてくれることを楽しみにしています。
これから1年間、おいしい給食づくりに努めていきます。



長久手市の野菜

25日の「クラムチャ
ウダー」のほうれん
草は、長久手市でと
れたものです。

材料名は献立別に記入してあります。

血や肉や骨になる食品……肉・魚・大豆・豆腐・牛乳など
働く力や体温となる食品……パン・ごはん・うどん・いも・油など
体の調子をととのえる食品……野菜・果物など
食事は楽しく バランスよく
都合により食材の変更をさせていただきます場合があります。

菜の花

菜の花（なばな）の旬は、冬から早春にかけてで、ひと
足早く春の訪れを告げる緑黄色野菜です。
ビタミンCが多く、風邪などを予防する効果があるとい
われています。給食では15日に「菜の花のごま和え」
を出します。
これに炒り卵を少し加え、色どりがよく仕上がりました。

古紙配合率100%再生紙を利用しています。白色度 70 % 12100