

# こんだてよていひょう



給食は次のような内容で行っています。

○ 月・水・金は米飯給食、火・木はパン給食を基本としています。

☆ ごはんの日

農林水産省より米飯給食の実施回数増加が推進されており、月1回は必ず、火・木曜日にも米飯給食を実施します。ごはんは、綾部産こしひかりを使用しています。

平成30年4月11日  
綾部市立吉美小学校

| こんだて  | あか<br>血・肉・骨をつくる仲間                         | き<br>熱や力のもとになる仲間                | みどり<br>からだの調子を整える仲間                          | その他  |
|---|---|---------------------------------|--|--|
| 13<br>(金)<br>チキンカレー<br>牛乳 フレンチサラダ<br>おいおいゼリー                | ぎゅうにゅう とりにく<br>こなチーズ                      | ごはん ジャがいも あぶら<br>バター こむぎこ カレールウ | たまねぎ にんじん<br>しょうが にんにく りんご<br>キャベツ きゅうり コーン  | カレーこ ケチャップ<br>トンカツソーススターソース<br>しょうゆ しお ガラスープ<br>こしょう す |
| 16<br>(月)<br>ごはん 牛乳<br>にくじゃが<br>しそあえ                        | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>こんぶ けずりぶし                  | ごはん こんにやく<br>じゃがいも あぶら さとう      | たまねぎ にんじん<br>グリーンピース きゅうり<br>キャベツ もやし あかしそ   | しょうゆ<br>みりん さけ   |
| 17<br>(火)<br>こがたパン 牛乳<br>ごもくうどん<br>ささみあえ                    | ぎゅうにゅう かまぼこ<br>とりにく にぼし ささみ               | こがたパン うどん<br>マヨネーズ              | しめじ たまねぎ にんじん<br>🍎キャベツ みずな                   | しょうゆ<br>しお<br>こしょう                                     |
| 18<br>(水)<br>わかめごはん 牛乳<br>ぶたにくとたまねぎの<br>ガーリックいため<br>ちゅうかスープ | ぎゅうにゅう わかめ<br>ぶたにく ハム                     | ごはん あぶら                         | にんにく たまねぎ にんじん<br>もやし キャベツ なら                | しょうゆ<br>みりん<br>ちゅうかスープ<br>ガラスープ                        |
| 19<br>(木)<br>むぎごはん 牛乳<br>とりにくのすきやきふうに<br>しんこあえ              | ぎゅうにゅう とりにく<br>やきどうぶ                      | ごはん ジャがいも<br>こんにやく あぶら さとう      | にんじん はくさい 🍎キャベツ<br>きゅうり たくあん                 | しょうゆ<br>しお   |
| 20<br>(金)<br>☆ぶたにくのあまからどん<br>牛乳<br>ワンタンスープ                  | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>ベーコン                       | ごはん こんにやく<br>さとう あぶら ワンタン       | たまねぎ にんじん 🍎キャベツ<br>えのき キャベツ なら<br>しょうが       | さけ しょうゆ<br>みりん しお<br>ガラスープ<br>ちゅうかスープ                  |
| 21<br>(土)<br>ごはん 牛乳<br>さわらのいそべあげ<br>こんさいじる                  | ぎゅうにゅう さわら<br>あおのり とりにく こんぶ<br>けずりぶし      | ごはん こむぎこ<br>あぶら ジャがいも<br>かたくりこ  | にんじん だいこん ごぼう<br>🍎キャベツ ほししいたけ                | しお<br>しょうゆ<br>さけ                                       |
| 24<br>(火)<br>あじつけパン 牛乳<br>ハンバーグ<br>はるキャベツのスープに              | ぎゅうにゅう<br>ハンバーグ とりにく                      | あじつけパン                          | キャベツ にんじん<br>とうもろこし たまねぎ                     | ウスターソース ケチャップ<br>みりん コンソメしお<br>ガラスープ こしょう              |
| 25<br>(水)<br>とりそぼろごはん<br>牛乳<br>じゃがいものみそしる                   | ぎゅうにゅう とりミンチ<br>たまご あぶらあげ みそ<br>こんぶ けずりぶし | むぎごはん みりん さとう<br>あぶら ジャがいも      | たまねぎ しょうが にんじん<br>グリーンピース 🍎キャベツ              | しょうゆ<br>さけ<br>しお                                       |
| 26<br>(木)<br>こくとうパン 牛乳<br>コーンシチュー<br>フルーツサラダ                | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>こなチーズ                      | こくとうパン ジャがいも<br>あぶら バター こむぎこ    | にんじん たまねぎ<br>とうもろこし パインアップル<br>みかん きゅうり きゃべつ | しお こしょう<br>ガラスープ す                                     |
| 27<br>(金)<br>ごはん 牛乳<br>さばのみそに<br>しおこんぶ和え<br>すましじる           | ぎゅうにゅう さば みそ<br>しおこんぶ あぶらあげ<br>こんぶ けずりぶし  | ごはん さとう みりん                     | きゃべつ もやし にんじん<br>たまねぎ はくさい ねぎ                | さけ しょうゆ  |

\*献立内容は、物資の配達の関係、警報等で変更する場合があります。☆…新メニュー

**ご入学・ご進級 おめでとうございます!**

春のやわらかい陽ざしとともに新学期のスタートを迎えました。  
今年度も吉美っ子のみなさんが明るく元気に過ごせるよう、おいしく  
安心安全な給食づくりに励みます!

みなさんは「何を」「どのようにして」食べていますか? 「食べること」は「生きること」に直結します。毎日の学校給食は、食に関する知識や実践力をつけるための生きた教材です。献立表の3つの食べものグループ分けも参考にしながら、食べることを通して「生きる力」をつけていきましょう!

