



# 4月のこんだてひょう

みねやまがくえん しょうがっこう  
峰山学園しんざん小学校

月	火	水	木	金
			6 始業式 	7 入学式 
10	11	12【1年生給食開始】	13	14
ごはん 鶏肉の香味揚げ ベーコンとキャベツの炒め物 みそ汁 牛乳	花見寿司 磯香和え すまし汁 いちご 牛乳	麦ごはん カレーライス ささみのサラダ 福神漬 牛乳	減量ごはん ラーメン ツナのおひたし 大豆の華ふりかけ 牛乳	ごはん じゃがいものそぼろ煮 ひじきとハムの香味和え いちごゼリー 牛乳
17	18	19【たんご・食の日】	20	21
ごはん ささみのレモンソース ポテトサラダ コンソメスープ 牛乳	ごはん プリプリ中華炒め ワンタンスープ プリン 牛乳	ごはん さわらのみそマヨ焼き 白菜のごま和え 生わかめのみそ汁 牛乳	ごはん たけのこのかき揚げ 豚肉と野菜の炒め物 油揚げのみそ汁 牛乳	チャーハン 大豆のしゃりしゃり揚げ もやしのポン酢炒め わかめスープ 牛乳
22(土)	25	26	27	28【歯の日】
ごはん ベーコンエッグ フレンチサラダ コーンポタージュ 牛乳	ごはん タンドリーチキン じゃがいものサブジ ひよこ豆入り コンソメスープ 牛乳【インドの料理】	たけのこごはん キャベツとツナの煮びたし かきたま汁 オレンジ 牛乳	ごはん さばの竜田揚げ はんぺんの和え物 沢煮椀 牛乳	麦ごはん イカのから揚げ 五目きんぴら 切干大根のみそ汁 牛乳

## 8のつく日は「歯の日」!

今年度も、8のつく日は「歯の日」として、かみごたえのあるメニューを入れていきます。  
 今月の「歯の日」メニューは「**麦ごはん**」、「**イカのから揚げ**」、「**五目きんぴら**」、「**切干大根のみそ汁**」です。  
 いつもより、5回多くかむよう、意識してみましょう。



## 毎月19日は「たんご・食の日」

この日は、丹後でとれる旬の食材をたくさん使います。この日をきっかけに丹後の食について親しんでほしいと思います。また、自然の恵みにあふれた京丹後の魅力を知り、それを食べることで、心も体も元気に成長してほしいと思います。



## 5のつく日は「世界の料理」

5のつく日に海外の料理を「世界の料理」として紹介します。今月の世界の料理はインド料理です。タンドリーチキンは、インドの郷土料理の一つだそうです。「サブジ」とはインドの炒め物です。