



いただきますの前には手洗いをしっかりしよう！



魚には骨があります。よくかんで食べてね！



葛城市学校給食センター 令和7年4月号【小学校用】



きゅうしょくは たのしいよ！



プロが作ってくれる



みんなで じゅんぴ

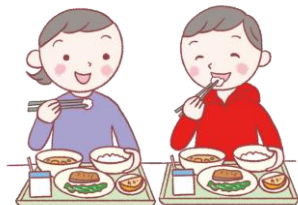


まだ食べたことない



おいしいものと出会う

みんなで食べる

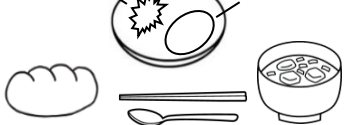


11日(金)

ポテトサラダ

ハンバーグ

ケチャップソース



こめこパン

コンソメスープ

新しい学年で食べる初めての給食ですね。今年の給食時間もおいしく楽しく幸せな時間になりますように！

14日(月)

はるキャベツの

おかかあえ

さわらの

ごまみそだれ



ごはん

にゅうめん

中学校1年生の給食が始まります！新しい制服で食べる給食の味はひと味ちがいますか？

15日(火)

くきわかめのサラダ



ごはん

とうにゅう

コーンコロケ

キーマカレー

小学校1年生の給食が始まります！小学校のカレーの味はいかがですか？

16日(水)

ひじきいりに



ごはん

とりにくの

しおこうじやき

新庄小6年生の考えた「春のあったかみそしる」は、花の形のかまぼこがポイントです！

17日(木)

きりぼしだいこんの



ごはん

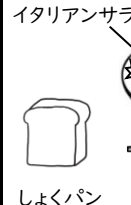
やきぎょうざ

トックスープ

チャプチェは春雨を炒めて作る韓国料理。給食では、春雨の代わりに切干大根を使います。

18日(金)

イタリアンサラダ



しよくパン

ポロニアカツ

ミネストローネ

ミネストローネは、イタリアの家庭料理です。具材は家庭にあるものでOK！日本のみそ汁のようですね。

21日(月)

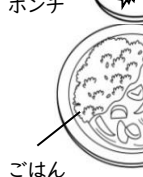
おいおい

フルーツ

ポンチ

チキンナゲット

ハヤシライス



ごはん

幼稚園年少さんの給食が始まります！みんなそろったので、お祝いです！入園・入学・進級おめでとう！

22日(火)

さくらもち



ごはん

わふうつくね

★かつらぎ

とくせいみそしる

磐城小6年生が考えた「かつらぎ特製みそ汁」は、春にうれしい新じゃがいも・新たまねぎを使って作ります！

23日(水)

キャベツの

たくあんあえ



ごはん

ししゃもの

いそべあげ

ししゃも1尾ずつに衣をつけて、磯辺あげにします。ししゃもが苦手...という人もおいしく食べられるといいな！

24日(木)

はるさめサラダ



ごはん

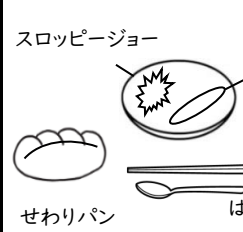
プチにくまん

マーボー豆腐

春雨サラダには、5種類の具材が入っています。春雨、きゅうり、にんじん、コーン...あとひとつわかるかな？

25日(金)

ヨーグルト



ごはん

ウインナー

はるキャベツの

クリームに

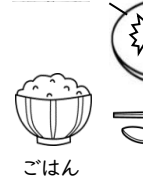
スロッピージョーとウインナーをパンにはさんで食べましょう。落とさないように気を付けてね！

28日(月)

きんぴらごぼう

メバルの

たつたあげ



ごはん

★キャベツとんじる

磐城小6年生が考えた「キャベツとんじる」は、キャベツがたっぷりで春らしいみそ汁に仕上げます！

29日(火)



目指そう！ピカピカ食器！

30日(水)

ブロッコリーの

おかかあえ



ごはん

とうふあげ

しんじやがのそばろに

給食の煮物は大きな釜で一度に1000人分を炊きます。調理員さんがとてもおいしく炊いてくれます！

給食センターから
こんにちは！＃.1

このコーナーでは、毎月給食のレシピを紹介します。ぜひうちで作ってみてくださいね！

きりぼしだいこんのチャプチェ

【ざいりょう】小学生5人分

きりぼしだいこん...28g〈水につけて、もどす。〉

ぶたにく...75g〈食べやすい大きさに切る。〉

おろしにんにく...おろししょうが...1.5gずつ

あぶら...すこし

にんじん...25g(約1/6本)

ほししいたけ...1.5g(1枚)〈水につけて、もどす〉

ピーマン...10g(1/2こ)

★さとう...小さじ1

★みりん...小さじ1

★しょうゆ...小さじ1と1/2

★さけ...小さじ1

★ちゅうかあじのもと...小さじ1/2

ごまあぶら...すこし

すりごま...小さじ1と1/2

★の調味料を
あわせておこう！

【つくりかた】

☆にんじん・しいたけ・ピーマンは細長く切る。

①フライパンに油・にんにく・しょうがを入れて炒める。

②豚肉・にんじん・ピーマン・しいたけ・切干大根を

順に入れていためる。

③★を入れて味つけし、ごま油・すりごまを

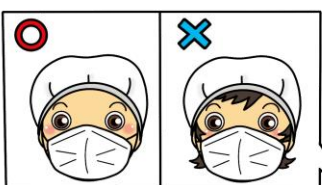
入れたら、できあがり！



の伸びたつめと指のすきまには
ごみがたまりやすくなります。



トイレをすませ、せっけんで
しっかり洗いましょう。



髪をぼうしから出しません。
長い髪の方は後ろでまとめます。



鼻までしっかりおおいます。

きゅうしょくとうばん

給食当番の身支度

ハンカチ



清潔なものを。当番用にもう1枚用意しておくのもいいですね。



衛生的に扱います。ゆかの
上ではたたみません。