

※材料の都合により、献立内容を変更する場合があります。ご了承ください。

葛城市学校給食センター

日付	献立名	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	ようちえん
14(月)	ごはん 牛乳 さわらのごまみそだれ はる 春キャベツのおかか ^あ 和え にゆうめん	牛乳 さわら みそ かつおぶし とりにく うすあげ とうふ わかめ	米 ごま さとう ふしめん	はるキャベツ にんじん えのきたけ たまねぎ はねぎ	515 26.0
15(火)	ごはん 牛乳 キーマカレー とうにゆう 豆乳コーンコロケ くきわかめのサラダ	牛乳 ぶたにく だいず とうにゆうコーンコロケ くきわかめ	米 じゃがいも あぶら カレールウ ドレッシング(わふう)	にんじん たまねぎ りんご きゅうり	605 21.5
16(水)	ごはん 牛乳 とり肉の塩こうじ焼き ひじきいり煮 ★春のあったかみそ汁	牛乳 とりにく ひじき うすあげ あつあげ みそ はながたかまぼこ ウイナー	米 あぶら こんにやく さとう	にんじん えだまめ だいこん たけのこ アスパラガス	502 25.8
17(木)	ごはん 牛乳 焼きぎょうざ きりぼしだいこん 切干大根のチャプチェ トックスープ	牛乳 ぎょうざ ぶたにく ベーコン とうふ わかめ	米 あぶら さとう ごまあぶら ごま こめこトック	きりぼしだいこん にんにく しょうが にんじん しいたけ ピーマン はくさい たまねぎ	517 17.6
18(金)	食パン 牛乳 ポロニアカツ イタリアンサラダ ミネストローネ	牛乳 ポロニアカツ ベーコン	コッペパン あぶら ドレッシング(イタリアン) こめこマカロニ オリーブオイル	ブロッコリー あかピーマン コーン えだまめ たまねぎ にんじん キャベツ パセリ トマト	514 20.6
21(月)	ごはん 牛乳 ハヤシライス チキンナゲット お祝いフルーツポンチ	牛乳 ぶたにく チキンナゲット	米 あぶら さとう ハヤシルウ ダイゼリー (いちご・もも・はちみつレモン)	たまねぎ にんじん エリンギ グリンピース パイン みかん もも	538 17.2
22(火)	ごはん 牛乳 和風つくね にんじんしりしり ★かつらぎ特製みそ汁	牛乳 わふうつくね シーチキン うすあげ わかめ みそ	米 さとう でんぷん あぶら しんじゃがいも	にんじん コーン しんたまねぎ ごぼう	476 17.9
23(水)	ごはん 牛乳 ししゃもの磯辺あげ キャベツのたくあん ^あ 和え いものこ汁	★印のついた「みそ汁」は、新庄小・磐城小の6年生が考えた「春のみそ汁」です。		463 17.4	
24(木)	ごはん 牛乳 春 ^{はるさめ} 春雨 ^{まーぼー} サラダ 麻婆豆腐 ^{とうふ}	牛乳 とうふ ぶたにく	米 はるさめ こんにやく ごま ごまあぶら さとう でんぷん	きゅうり にんじん コーン たまねぎ はねぎ しいたけ にんにく しょうが	496 19.6
25(金)	せわりパン 牛乳 ウイナー スロッピージョー はる 春キャベツのクリーム煮	牛乳 ウイナー ぶたにく だいず とりにく とうにゆう	コッペパン あぶら じゃがいも こめこ	たまねぎ セロリー にんじん エリンギ はるキャベツ	451 22.4
28(月)	ごはん 牛乳 メバルの竜田揚げ きんぴらごぼう ★キャベツとんじる	牛乳 メバル ひらてん ぶたにく とうふ みそ	米 あぶら こんにやく さとう ごま	ごぼう にんじん キャベツ たまねぎ	529 23.2
30(水)	ごはん 牛乳 とうふあげ ブロッコリーのおかか ^あ 和え ^{しん} 新じゃがのそぼろ煮 ^に	牛乳 とうふあげ かつおぶし ぶたにく あつあげ	米 さとう しんじゃがいも こんにやく あぶら	ブロッコリー にんじん だいこん えだまめ	502 19.6

～今月の地場産物～ *奈良県で生産・製造された食材を紹介します。献立表の中で太字にしています*

米・パン・ふしめん・こめこマカロニ・こめこトック・こんにやく・さといも・みそ(22日)
アスパラガス・しろねぎ・はねぎ・なめこ・しおこうじ・ウスターソース



★栄養価の表示★

上の段:エネルギー(kcal)
下の段:たんぱく質(g)

4月平均

509

20.8

◎給食なしのお知らせ◎
14日(月)～18日(金):幼稚園年少

ご入学・ご進級おめでとうございます

いろ 色とりどりの花が咲き誇るなか、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。みなさん
がっこうせいかつ 学校の生活がより充実したものになるように、毎日の給食を通して応援していきます。
まいにち きゅうしゅうとお おうえん
給食センター職員一同、力を合わせておいしい給食を届けますので、1年間、よろしく
ねんかん
お願いいたします。



「人を良くする」と書いて「食」

よく「人を良くする」と書いて『食』といわれます。学校給食は、子どもたちが食事を通
してさまざまなことについて学び、望ましい食習慣や社会性などを身につけていく
まな のぞ
教育活動のひとつになっています。学校では、学校給食法に基づき、右の7つの目標を
きょういっかつどう 達成できるように給食づくりや、給食を通して食に関する指導を行っていきます。

けんこう からだ 健康な体をつくる



よい た かた まな 食べ方を学ぶ



ひと かか 人と関わる



た もの かんしゃ 食べ物に感謝する



はたら 働くことを尊ぶ



しょくぶん か みらい つた 食文化を未来に伝える



しゃかい のしくみを学ぶ

