



もいつけひょう

4月の給食目標

給食の準備や後片付けを上手にしよう

月 げつ	火 か	水 水	木 もく	金 きん
<p>入学・進級おめでとうございます♪</p> <p>今年度も、「給食のきまり」を守り、 みんなで楽しい給食時間にいきましょう!</p>		<p>8 *始業式・入学式</p> <p>りんご、ほしキャバツのごまあえ、とりにくのレモンフライ、ごはん、だいこんのみそ汁</p>	<p>9 フルーツポンチ</p> <p>ポークカレー、けんこうサラダ</p>	<p>10 * 四万十の日</p> <p>かりんとう、ぶしゅかあえ、四万十牛コロケ、ごはん、とろろやさいスープ</p>
<p>13 あんにんどうふ</p> <p>ぶたどん、ちさいのおかあえ</p>	<p>14 <かみかみの日></p> <p>かみかみあえ、ごまてりやき、プチトマト、げんまいごはん、たいすの汁</p>	<p>15</p> <p>ちゅうかサラダ、ごまだんご、ごはん、ソーポどろろ</p>	<p>16 <入学・進級お祝いメニュー></p> <p>いんげん、おあきのごまあえ、てんぷら、なまらゼリー、せきはん、とん汁</p>	<p>17 <食育の日> 高知の食材いっぱいの日</p> <p>オレンジ、グリーンサラダ、ぶたにくのマスタードチーズ、ごはん、キャバツとパセリのスープ</p>
<p>19 日ようび (参観日)</p> <p>小学校: 給食なし 中学校: 給食あり (お楽しみメニュー♪)</p>	<p>21</p> <p>ほしめサラダ、ピビンバ、わかめスープ</p>	<p>22 <わ食の日></p> <p>とさあえ、いっご、いちご、あじろあげ、げんまいごはん、じゃがいものみそ汁</p>	<p>23</p> <p>こまつなのナムル、りんごケーキ、ごはん、あつあつのチリソース</p>	<p>24 <ちょうかつの日></p> <p>とりにくのしおこしやき、ごぼうサラダ、ヤクルト、まごごごはん、わかじけ汁</p>
<p>27</p> <p>おひたし、きびなごのゆずフライ、ほろわかおりごはん、ずまし汁</p>	<p>28 小学校: 遠足(お弁当) 中学校: 給食あり (お楽しみメニュー♪)</p>	<p>29 しょうわ 昭和の日</p>	<p>30</p> <p>マカロニサラダ、プチトマト、ごはん、わかじけスープ</p>	



4月8日～4月19日

予定献立表

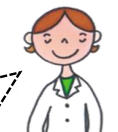
大月小・中学校給食室

日	行事等	牛乳	献立名	おもな食品名とそのはたらき						エネルギー (kcal)			
				(赤)主に体の組織を作る		(緑)主に体の調子を整える		(黄)主にエネルギーになる		小学校	中学校		
				たんぱく質	無機質(カルシウム)	ビタミンA	ビタミンC	炭水化物	脂質				
*今年度は8日、始業式の日から給食が始まります。(1年生は9日からです)新しい学年でもしっかり食べて元気に過ごしましょう。													
8	水		ごはん 鶏肉のレモンフライ 春キャベツのごまあえ 大根のみそ汁	とり肉、とうふ、油 あげ、みそ	牛にゆう、かちり、 にぼし	パセリ、こまつ な、ねぎ	レモン汁、キャベ ツ、もやし、だいこ ん、えのき、りん ご	米、かたくりこ、さ とう	なたね油、ごま	659	878		
9	木		りんご (麦ごはん) ポークカレー 健康サラダ フルーツポンチ	ぶた肉、ツナ	牛にゆう、ひじき	にんじん	たまねぎ、しめ じ、グリーンピース、 キャベツ、きゅう り、コーン、パナ ナ、もも、パイン	米、麦、じゃがい も、さとう、カクテ ルゼリー	サラダ油、ごま	588	784		
10	金	四万十の日 	ごはん 四万十牛コロッケ ぶしゅかんあえ 豆腐野菜スープ しまんどう	かまぼこ、ベーコ ン、とうふ	牛にゆう、こんぶ	にんじん、パセリ	はくさい、きゅう り、ゆず、たま ねぎ、キャベツ	米、四万十牛コ ロッケ、さとう、か りんとう	なたね油	539	718		
13	月		豚丼 野菜のおかかあえ 杏仁豆腐	ぶた肉、油あげ、 かつお節	牛にゆう、かんて ん、コンデンスミ ルク	にんじん、ねぎ、 ほうれんそう	たまねぎ、しいた け、もやし、はくさ い、レモン汁、み かん、もも	米、しらたき、さ とう		559	745		
14	火	かみかみの日 	玄米ごはん 魚のごま照り焼き かみかみ和え 大豆の五目煮 プチトマト	さば、さきいか、 大豆、とり肉、さ つまあげ	牛にゆう、わか め、ひじき	にんじん、いんげ ん、ミニトマト	きゅうり、キャベ ツ、干しだいこん	米、げんまい、さ とう、こんにやく	ごま	619	825		
15	水		ごはん 麻婆豆腐 中華サラダ ごま団子	ぶたミンチ、とう ふ、みそ、赤みそ、 かまぼこ	牛にゆう、わかめ	にんじん、ねぎ	たまねぎ、しめ じ、たけのこ、キャ ベツ、きゅうり	米、さとう、かた くりこ、ごまだんご	ごま油、なたね油	676	901		
16	木	☆☆ 入学・進級 お祝いメニュー ☆☆								662	882		
*毎月19日「食育の日」には『高知の食べ物いっぱいの日』として、高知県や大月町のおいしい食材を特に意識して献立に取り入れています。													
17	金	食育の日 	ごはん 豚肉のマスタードチーズ焼き グリーンサラダ キャベツとベーコンのスープ オレンジ	ぶた肉、ベーコン	牛にゆう、チーズ	パセリ、にんじん	きゅうり、キャベ ツ、だいこん、た まねぎ、オレンジ	米、パンこ	オリーブ油	530	706		
19	日	小学校：参観日(午前) ※給食はありません 中学校：参観日(午後) ※給食があります(お楽しみ献立♪)								-	756		
*行事や食材の都合により献立及び食材を変更する場合がありますのでご了承ください。										4月の平均		588	784
										Kcal	Kcal		

4月の
給食目標

給食の準備や
後片付けを上手にしよう

新年度も、大月のおいしい食材をたくさん使った、安全・安心で
おいしい給食を作っていきます。よろしく願いいたします。





4月20日～4月30日

予定献立表

大月小・中学校給食室

Main menu table with columns for date, event, milk, main dish name, ingredients, vitamins, carbohydrates, lipids, and energy (kcal) for elementary and middle schools.

Summary of main ingredients for the month: 米・豚肉・鶏肉・魚(さば、しいら、たいなど)・キャベツ・ほうれん草・小松菜・たまねぎ...



《大月の学校給食について》

- Monthly rotation: 「わ食の日」... 「かみかみの日」... 「腸活の日」... 「食育の日」...
Special meals: 行事食、朝ごはん献立、リクエスト給食、大月産食材100%給食、お楽しみ献立、テーブルマナー給食 など
Off-duty days: 学校行事等により、お弁当が必要な日があります。中学校に給食室があるため、中学校の休みの日は給食を実施できません。

