

ご入学・ご進級おめでとうございます。

子どもたちは、それぞれ希望をふくらませ、第一歩をふみだしました。給食センターでは、そんな子どもたちのために、「安全・安心・おいしい給食づくり」に励みたいと思います。どうぞよろしくをお願いします。



～ 4月 食育目標 ～
食事を楽しく食べよう！
～ 4月 給食目標 ～
協力して給食の準備をしよう！

	月	火	水	木	金
<p>献立</p> <p>～ 春の味「たけのこ」～ 春を代表する旬の食材といえば「たけのこ」ですね。「たけのこ」は漢字で書くと、竹かんむりに旬と書きます。たけのこはとても成長がはやく、食べられるのは土から顔を出して10日間くらいまでで、それを過ぎると竹になるという意味からきた漢字だそうです。</p>			<p>8 泉小中のみ給食</p> <p>シーザーサラダ</p> <p>麦ごはん ハヤシライス</p> <p>1学期が始まりました。朝食をしっかり食べて、一日を元気にスタートさせましょう。</p> <p>小632 中787 小21.1 中25.5</p> <p>ぎゅうにゅう チキンハム チーズパウダー ぶた肉 えだまめ こめ むぎ あぶら さとう キャベツ きゅうり にんにく にんじん たまねぎ コーン しめじ</p>	<p>9 東陽中のみ給食</p> <p>シーザーサラダ</p> <p>麦ごはん ハヤシライス</p> <p>1学期が始まりました。朝食をしっかり食べて、一日を元気にスタートさせましょう。</p> <p>小632 中787 小21.1 中25.5</p> <p>ぎゅうにゅう チキンハム チーズパウダー ぶた肉 えだまめ こめ むぎ あぶら さとう キャベツ きゅうり にんにく にんじん たまねぎ コーン しめじ</p>	<p>10 黒糖大豆</p> <p>春キャベツのサラダ</p> <p>麦ごはん 親子丼</p> <p>春キャベツは、3月～7月に旬を迎えます。冬キャベツにくらべて、葉がやわらかく甘みが強いのが特徴です。</p> <p>小624 中768 小25.6 中30.7</p> <p>ぎゅうにゅう たまご とり肉 いりだいず だしこんぶ こめ むぎ さとう でんぶん あぶら くらごとう しいたけ たまねぎ ねぎ にんじん キャベツ きゅうり</p>
	<p>13 東陽小給食なし</p> <p>ビーフンサラダ</p> <p>麦ごはん マーボー豆腐</p> <p>ビーフンは、お米で作った麺です。春雨とよく似ていますが、原材料が違います。もちもちとした食感が特徴です。</p> <p>小599 中745 小22.1 中27.6</p> <p>ぎゅうにゅう ぶたひき肉 だいずとうふ みそ こめ むぎ ごまあぶら でんぶん さとう あぶら ビーフン たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ にんにく コーン しょうが いんげん キャベツ</p>	<p>14 お祝いデザート</p> <p>五色和え</p> <p>千草焼き</p> <p>赤飯 すまし汁</p> <p>赤飯は、日本の伝統的な祝い料理です。赤い色には災いをはらう力があると信じられており、小豆の煮汁と一緒に炊いて赤色をつけています。</p> <p>小579 中722 小19.7 中24.1</p> <p>あずき ぎゅうにゅう わかめ ちくさやき チキンハム だしこんぶ こめ もちこめ さとう にんじん えのきたけ キャベツ だいこん いんげん お祝いデザート</p>	<p>15 春大根のサラダ</p> <p>手作りいちごジャム</p> <p>食パン クリームシチュー</p> <p>冬から春にかけておいしい「いちご」はビタミンたっぷり。東陽町で収穫されたいちごで作った、手作りいちごジャムです。</p> <p>小581 中736 小22.1 中27.6</p> <p>ぎゅうにゅう とり肉 とりさきみ えだまめ なまクリーム さとう ごま ごまあぶら じゃがいも あぶら だいこん きゅうり にんじん たまねぎ いちご レモン りんご</p>	<p>16 パイン</p> <p>非常食に ついで 考えよう</p> <p>ツナサラダ</p> <p>救給カレー ミネストローネ</p> <p>熊本地震から10年がたちます。学校にも災害や緊急時のために非常食を準備しています。缶詰めなど日持ちする食品を使った給食メニューで防災を考えながら食べてみましょう。</p> <p>小565 中785 小16.8 中21.0</p> <p>ぎゅうにゅう ツナ スライスウイナー だいず 救給カレー マカロニ じゃがいも さとう にんにく たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり コーン パイン</p>	<p>17 くだもの(いちご)</p> <p>あじフライ</p> <p>ふるさとくまさんデー</p> <p>たけのこご飯 すまし汁</p> <p>東陽町や栗町の山くまに採れた、たけのこを紹介しています。旬のたけのこを使ったまぜご飯をつくる予定です。</p> <p>小566 中701 小22.0 中26.8</p> <p>とり肉 ちくわ あぶらあげ だしこんぶ ぎゅうにゅう あじフライ わかめ こめ もちこめ あぶら にんにく さとう たけのこ しいたけ ねぎ にんじん キャベツ いちご</p>
	<p>20 サラダ玉ねぎのサラダ</p> <p>手作り佃煮</p> <p>麦ごはん 厚揚げの中華煮</p> <p>今、東陽町では生でおいしく食べられるサラダたまねぎが、たくさん収穫されています。</p> <p>小631 中785 小2.6 中31.8</p> <p>ぎゅうにゅう いりこ こんぶ あつあげ しらす かつおぶし こめ むぎ あぶら ごま でんぶん さとう たまねぎ チンゲンサイ しょうが にんじん きくらげ レタス きゅうり</p>	<p>21 金平ごぼう</p> <p>魚の揚げ煮</p> <p>麦ごはん 大根のみそ汁</p> <p>照り汁は「潮田小四郎」が考案されています。米の裏作として作られ、冬から春に美味しいごぼうがとれます。</p> <p>小603 中746 小21.8 中26.1</p> <p>ぎゅうにゅう ホキ わかめ みそ だしこんぶ こめ むぎ あぶら ごま でんぶん さとう こんにやく ごま しょうが いんげん けずりごぼう にんじん はくさい ねぎ だいこん</p>	<p>22 ネーブル</p> <p>ピザドッグ ポトフ</p> <p>ピザドッグは、給食センターでひとつひとつ手作りしています。</p> <p>小561 中734 小24.8 中32.3</p> <p>ベーコン チーズ ぎゅうにゅう とり肉 ミートボール ヨツパン さとう あぶら じゃがいも たまねぎ コーン ビーマン にんじん キャベツ いんげん にんにく ネーブル</p>	<p>23 甘夏ゼリー</p> <p>海藻サラダ</p> <p>麦ごはん チキンカレー</p> <p>手作りゼリーには、旬のくだもの「あまなつ」が入っています。さわやかな酸味と甘みがあり、カレーのデザートにピッタリです。</p> <p>小655 中807 小19.6 中23.4</p> <p>ぎゅうにゅう かいそう とり肉 チキンハム こめ むぎ あぶら ごま じゃがいも ごまあぶら さとう にんじん たまねぎ しょうが にんにく きゅうり もやし キャベツ あまなつみかん</p>	<p>24 ひじきサラダ</p> <p>塩さば</p> <p>麦ごはん かきたま汁</p> <p>ひじきには、カルシウムや鉄など、成長期に大切な栄養がたくさん含まれています。</p> <p>小626 中769 小27.6 中33.8</p> <p>ぎゅうにゅう たまご わかめ ひじき さば あぶらあげ えだまめ だしこんぶ こめ むぎ あぶら じゃがいも でんぶん さとう ねぎ えのきたけ キャベツ にんじん キャベツ コーン</p>
	<p>27 高野豆腐と肉団子の甘酢あん</p> <p>わかめごはん 若竹汁</p> <p>高野豆腐は、豆腐を凍らせ乾燥させた食べ物です。たんぱく質やカルシウムなどの栄養価がとても高い食材です。味をつけ唐揚げにして食べやすくしています。</p> <p>小624 中775 小19.3 中22.9</p> <p>ぎゅうにゅう こうやどうふ 肉だんご とうふ わかめ だしこんぶ こめ むぎ あぶら さとう にんじん キャベツ たまねぎ ビーマン たけのこ ねぎ</p>	<p>28 マカロニサラダ</p> <p>ハンバーグのかりん粉かけ</p> <p>麦ごはん 野菜スープ</p> <p>ハンバーグは、ドイツのハンブルグという町で食べられていた「ハンブルグ風ステーキ」が発祥だといわれています。</p> <p>小610 中778 小20.7 中26.2</p> <p>ぎゅうにゅう ベーコン ハンバーグ こめ むぎ さとう マカロニ たまねぎ にんじん キャベツ パセリ コーン</p>	<p>29 昭和の日</p> <p>魚のしょうがソースかけ</p> <p>麦ごはん 春雨スープ</p> <p>しょうがには「ショウガオール」という体を温める成分があります。東陽町の特産品でもあります。</p> <p>小590 中717 小23.3 中27.9</p> <p>ぎゅうにゅう ホキ かまぼこ こめ むぎ ごまごみ でんぶん あぶら ごまあぶら さとう はるさめ ごま しょうが にんにく ねぎ キャベツ にんじん しいたけ もやし こまつな</p> <p>○印は、東陽・泉町産の食材です。</p>	<p>4月 旬の食材</p> <p>たけのこ はるみ きゃべつ グリーンピース じゃがいも たまねぎ レタス いちご あまなつ</p>	

*学校行事によって、給食の対応が異なる場合があります。ご不明な点がございましたら、各学校へお問い合わせ下さい。

*献立は、食材などの都合により変更することがあります。