

なすの「なすもくっち」



なめこの「なめちい」



とみおかしの やさいキャラクターです。よろしく おねがいします！



こまつなの「コマツリーナ」



にらの「にらった」



しいたけの「もみしい」

こんげつの給食もくひょう: 給食の じゅんぴや あとかたづけを じょうずにしよう

日	曜	こんだてめい		あか		みどり		きいろ		エネルギー (kcal)	たんぱく (g)		
		主食	牛乳	おかず	1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミンC	5群 炭水化物			6群 脂質	
8	木	コッパン いちごジャム	牛乳	パンネのミートソースに ツナとコーンのサラダ	豚肉 ツナ	牛乳 チーズ	にんじん トマト	たまねぎ しめじ グリーンピース にんにく コーン キャベツ	パン パンネ ジャム	油 ドレッシング	649	25.2	
9	金	ごはん	牛乳	はるまき パンパンシーサラダ マーボー豆腐	豆腐 豚肉 大豆 みそ 鶏肉 春巻き	牛乳	にんじん ★にら	たけのこ ★しいたけ ねぎ しょうが にんにく ★きゅうり もやし	米 片栗粉 さとう	油 ドレッシング	627	23.1	
12	月	ごはん	牛乳	いわしのみぞれに ごもくまめ かきたまじる	鶏肉 卵 大豆 豚肉 いわし	牛乳	にんじん ★こまつな	ねぎ しょうが たけのこ こんにゃく だいこん	米 片栗粉 じゃがいも さとう	油	649	30.7	
13	火	ココアパン	牛乳	ひょうしゅうクイエストもくひょう ハンバーグのデミグラスソース いかくんサラダ ABCスープ ストロベリータルト		鶏肉 うずらの卵 いか ハンバーグ	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ ★きゅうり だいこん	ココア 油	723	27.8	
14	水	ごはん ふりかけ	牛乳	おとみちゃんの とりにくのマーマレードソースかけ やさしいマヨネーズあえ なめこことうぶのみそしる		豆腐 豚肉 わかめ のり	牛乳 わかめ のり	にんじん ★こまつな	★なめこ ねぎ ★きゅうり キャベツ コーン	米 じゃがいも 片栗粉 マーマレード	油 ドレッシング	646	27.4
15	木	まるパン	牛乳	キャベツメンチカツ イタリアンサラダ こまつなのクリームシチュー	鶏肉 豚肉	牛乳 生クリーム チーズ	★こまつな にんじん	たまねぎ キャベツ ★きゅうり	パン じゃがいも パン粉	油 アーモンド ドレッシング	634	25.8	
16	金	ごはん	牛乳	あますにくだんご(3こ) ひじきごはんのぐ とんじる	肉団子 豚肉 豆腐 みそ 鶏肉 油揚げ	牛乳 ひじき	にんじん	だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく えだまめ	米 じゃがいも さとう	油	627	25.8	
19	月	ごはん	牛乳	コーンしゅうまい(2こ) ぶたにくとチンゲンサイのみそいため ちゅうかふうなめこスープ	なると 卵 豚肉 みそ しゅうまい	牛乳	★にら にんじん チンゲン菜	★なめこ たまねぎ しめじ コーン	米 片栗粉 さとう	ごま油	609	26.0	
20	火	くろパン	牛乳	オムレツのきのこソースかけ はるキャベツのサラダ ポークビーンズ	大豆 豚肉 卵	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ ★きゅうり キャベツ コーン しめじ エリンギ	パン じゃがいも 片栗粉 さとう	油	636	27.6	
21	水	わかめ ごはん	牛乳	ひょうかくしんきゅうお祝いにと しろうまなフライ にらのごまあえ ♥おとみちゃんスープ♥ おいわいクレープ		つみれ みそ ホキ	牛乳 わかめ	★こまつな にんじん ★にら	ごぼう はくさい ねぎ ★なめこ キャベツ もやし	米 さとう パン粉 クレープ	油 ごま	704	26.4
22	木	ロールパン	牛乳	チキンナゲット(2こ) コールスローサラダ コンソメスープ	鶏肉 チキンナゲット	牛乳	にんじん ★こまつな	コーン たまねぎ もやし キャベツ ★きゅうり えだまめ	パン じゃがいも	油 ドレッシング	576	26.0	
23	金	ごはん	牛乳	さばのしおやき にくじゃが たぬきじる	さば さつま揚げ 油揚げ 厚揚げ 豚肉	牛乳	にんじん さやいんげん	だいこん えのきたけ こんにゃく ごぼう ねぎ しょうが たまねぎ しらたき	米 片栗粉 じゃがいも さとう	油	678	30.3	
26	月	さくら ごはん	牛乳	あつやきたまご たけのこごはんのぐ こじる	油揚げ 大豆 豆腐 みそ 鶏肉 卵	牛乳	にんじん ★こまつな	ねぎ ごぼう たけのこ 干しいたけ えだまめ しょうが	米 じゃがいも さとう	油	639	26.2	
27	火	まるパン	牛乳	かぼちゃのひきにくフライ えだまめサラダ はるやさいのポトフ	ウインナー 鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん パセリ かぼちゃ	たまねぎ キャベツ しめじ えだまめ ★きゅうり	パン じゃがいも パン粉	油 ドレッシング	586	25.2	
28	水	むぎごはん	牛乳	チキンカレー アスパラガスのサラダ みしょうかん	鶏肉	牛乳 生クリーム チーズ	にんじん アスパラガス	たまねぎ しょうが にんにく りんご キャベツ ★きゅうり コーン みしょうかん	米 麦 じゃがいも	油	654	20.6	
30	金	ごはん	牛乳	たんごのせっこんで かつおフライ いそかあえ こしねじる かしわもち		油揚げ 豆腐 豚肉 みそ かつお	牛乳 のり	にんじん ★こまつな	こんにゃく ★しいたけ ねぎ ごぼう キャベツ もやし	米 じゃがいも パン粉 かしわもち	油 ごま	680	25.3

材料購入の関係で献立を変更する場合があります。

★は地元で収穫された野菜です。♥はラッキーにんじんの日です。

月平均	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)
小学校	645	26.2	21.3	2.9

* 今月の行事献立 *

13日(火)丹生小クイエスト給食: 全校児童にアンケートを取ってメニューを決めました。人気があって食べやすそうな料理がそろいました。

14日(水)お富ちゃんの日: 毎月13日前後はお富ちゃんの日です。甘楽富岡産の食べ物たくさん使った給食です。

21日(水)入学・進級お祝い献立: 地元でとれた食べ物や、人気がある料理で、お祝いの献立を考えました。

しっかり食べてこの1年元気で頑張りましょう。

30日(金)端午の節句献立: 5月5日は端午の節句ですが、今年は5/1から5/5まで5連休なので、この日に端午の節句をお祝いします。



なすもくっち