


日 (曜日)	こん だて めい 献 立 名	赤色のたべもの 血や肉や 骨になるもの	黄色のたべもの ちからのもとに なるもの	緑色のたべもの からだの調子を とともえるもの	栄養量 (小学校)	栄養量 (中学校)	日 (曜日)	こん だて めい 献 立 名	赤色のたべもの 血や肉や 骨になるもの	黄色のたべもの ちからのもとに なるもの	緑色のたべもの からだの調子を とともえるもの	栄養量 (小学校)	栄養量 (中学校)	
					エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)						エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	エネルギー (Kcal)
8 (金)	ごはん		こめ		645	791	20 (水)	ごはん		こめ		623	820	
	牛乳	牛乳			28.9	35.3		牛乳	牛乳				22.5	31.4
	マーボー豆腐	とうふ ぶたにく だいず みそ	さとう ごまあぶら でんぶん	にんじん ほししいたけ ねぎ しょうが にんにく	19.5 1.9	23.2 2.3		とうふと わかめのスープ	とりにく わかめ とうふ		にんじん えのきたけ		19.4 1.9	24.5 2.6
	もやしととりささみの ちゅうかいため デザート	とりにく	ごま さとう ごまあぶら	きゅうり もやし しょうが				さつまいもと かじきのちゅうかに	かじき	さつまいも あぶら さとう こむぎこ でんぶん ごまあぶら	しょうが たまねぎ にんじん ほししいたけ ピーマン			
11 (月)	ごはん		こめ		611	788	21 (木)	ホットドッグ	ウインナー	パン		646	843	
	牛乳	牛乳			28.2	36.7		牛乳	牛乳				24.4	33.5
	とんじる	ぶたにく とうふ みそ	あぶら じゃがいも	ごぼう にんじん ねぎ キャベツ	18.2 2.0	22.4 2.7		もやしのスープ	とりにく		にんじん もやし パセリ		31.1 2.2	40.0 3.0
	さわらのしおやき ほうれんそうの ごまあえ	さわら	ごま さとう	ほうれんそう もやし にんじん				ゆでブロッコリー おいわいデザート		いちごクレープ	ブロッコリー			
12 (火)	あげパン	きなこ	パン あぶら さとう		627	786	22 (金)	ごはん		こめ		641	814	
	はっこう乳	はっこう乳			22.3	28.2		牛乳	牛乳				22.6	27.5
	クラムチャウダー	あさり ベーコン 牛乳 スキムミルク	あぶら パター じゃがいも こむぎこ	にんじん たまねぎ パセリ	28.5 2.3	37.1 2.9		チキンカレー	とりにく スキムミルク	じゃがいも あぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが グリーンピース		20.7 1.9	24.8 2.6
	ホットサラダ	ツナ	マヨネーズ	キャベツ とうもろこし				ほうれんそうのソテー	ハム	あぶら	ほうれんそう とうもろこし			
13 (水)	ごはん		こめ		636	791	23 (土)	ごはん		こめ		612	814	
	牛乳	牛乳			25.3	30.8		牛乳	牛乳				21.0	29.8
	はっぼうさい	ぶたにく いか うずらたまご	あぶら でんぶん	はくさい にんじん たまねぎ ほししいたけ たけのこ しょうが チンゲンサイ	16.2 1.8	19.1 2.2		しんじゃがいもの そばろに	ぶたにく	じゃがいも でんぶん あぶら さとう	にんじん たまねぎ さやいんげん		15.1 1.8	26.6 2.8
	はるさめの あえもの くだもの	ハム	はるさめ さとう ごまあぶら	きゅうり キャベツ バナナ				ごもくきんぴら	さつまあげ	あぶら ごま さとう	ごぼう にんじん こんにゃく れんこん			
14 (木)	にくなんばん うどん	ぶたにく あぶらあげ	うどん あぶら でんぶん	にんじん ごぼう ねぎ こまつな	623 25.7	857 38.1	25 (月)	わかめごはん	わかめ	こめ		622	790	
	牛乳	牛乳			29.7	31.0		牛乳	牛乳				24.1	29.8
	むしパン ちくわのいそべあげ ひじきのマヨあえ	ちくわ あおのり ツナ ひじき	むしパン こむぎこ あぶら さとう マヨネーズ ごま	ほうれんそう キャベツ	2.4	2.8		だいこんと しらたまだんごの なまあげと たまごのいためもの	ぶたにく なまあげ ベーコン たまご かつおぶし	しらたまだんご ごまあぶら あぶら	だいこん にんじん ねぎ しょうが キャベツ もやし にんじん		21.9 2.1	26.6 2.8
	ごはん		こめ		649	828		ごはん		こめ		628	812	
15 (金)	牛乳	牛乳			25.8	32.9	牛乳	牛乳				20.6	25.8	
	いもだんごいり どさんこじる	ぶたにく とうふ わかめ みそ	じゃがいも バター	にんじん こまつな ねぎ	21.1 2.1	25.4 2.8	トマトのスープ	ベーコン	マカロニ あぶら	たまねぎ トマト パセリ		20.8 1.9	25.7 2.8	
	ホキの やさしいあんかけ	ホキ	でんぶん あぶら	キャベツ もやし たまねぎ にんじん ピーマン			ハンバーグ デミグラスソース じゃがいもの ソテー	ハンバーグ	あぶら	マッシュルーム たまねぎ さやいんげん とうもろこし				
	ごはん		こめ		662	798	チャーハン	やきぶた なると たまご	こめ むぎ あぶら	ねぎ		613	816	
18 (月)	牛乳	牛乳			28.8	35.2	牛乳	牛乳				22.4	28.7	
	よしのに	ぶたにく さつまあげ こうやどうふ	あぶら じゃがいも さとう でんぶん	にんじん たけのこ こんにゃく えだまめ	22.5 1.6	25.8 2.0	トックスープ	とりにく	トック	はくさい にんじん えのきたけ たけのこ		23.4 2.1	29.2 2.7	
	レバーのあまからに デザート	レバー	ごま さとう とうにゅうプリン	しょうが			あげぎょうざ くだもの	ぎょうざ あぶら		みしょうゴールド				
	ごはん		こめ		662	798	27 (水)	スパゲティ ミートソース	ぶたにく こなチーズ 牛乳	スパゲティ	にんじん たまねぎ パセリ トマト		630	790
19 (火)	牛乳	牛乳			23.7	29.1	牛乳	牛乳				26.8	32.9	
	ミートボール シチュー	ミートボール いんげんまめ	じゃがいも こむぎこ バター あぶら	たまねぎ にんじん トマト グリーンピース	32.2 2.4	37.2 3.0	ミニミルクスティック キャベツのじゃこあえ ヨーグルト	ちりめんじゃこ ヨーグルト		キャベツ きゅうり		20.2 2.0	24.5 2.8	
	ブロッコリーと ツナのごまサラダ チョコだいずクリーム	ツナ	ごま ごまドレッシング チョコだいずクリーム	しょうが			4月23日(土)は、小学校のみ実施します。 <4月14日の中学校給食について> 中学校はソフト麺が届きます。エネルギー量が満たされるため、むし パンはつきませんのでご了承ください。							

●4月23日(土)は、小学校のみ実施します。  
<4月14日の中学校給食について>  
中学校はソフト麺が届きます。エネルギー量が満たされるため、むしパンはつきませんのでご了承ください。




## ご入学・ご進級おめでとごさいます

愛川町の給食は町内統一献立で、小学校は自校式、中学校は小学校で調理し配送する親子方式で給食を実施しています。

- ★主 食・・・ごはん、パン、めん類
- ★のみもの・・・牛乳、はっこう乳など
- ★お か す・・・煮物、揚げ物、焼き物、炒めもの、あえ物など
- ★デザート・・・くだもの、ゼリーなど

小学校1年生の給食は4月21日(木)開始です。



## 給食当番の身支度・準備 ⑥つのポイント

食べ物を扱うという自覚を持って衛生面に気をつけましょう。

- 1 つめ**  
つめが伸びている人は短く切っておきましょう。
- 2 白衣**  
清潔な白衣をきちんと身につけましょう。
- 3 帽子**  
髪の毛が出ないように帽子をかぶりましょう。
- 4 マスク**  
マスクは口と鼻が隠れるようにつけましょう。
- 5 ハンカチ**  
給食用の清潔なハンカチを用意しましょう。
- 6 手洗い**  
石けんを使って十分な手洗いをしましょう。

