

給食たより



今月の目標

一年間の反省をしよう

献立予定表 (都合により献立がかわることがあります。)

井川町学校給食調理場

月	火	水	木	金
<p>〇今月の平均栄養価〇</p> <p>前中期</p> <p>エネルギー 638kcal</p> <p>たんぱく質 26.0g</p> <p>後期</p> <p>エネルギー 828kcal</p> <p>たんぱく質 32.0g</p>	<p>☆今月の井川町食材☆</p> <p>長ねぎ、しゅんぎく、はくさい、だいこん、ほうれんそう、ふき、みそ、お米</p>		<p>★ついている献立は、9年生のリクエスト給食です!</p>	<p>1</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>豆腐のチーズハンバーグ</p> <p>はくさいサラダ</p> <p>まいたけのすまし汁</p> <p>ミニひなまつりゼリー</p>
4	5	6	7	8
<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>★ユーリンチー (2個)</p> <p>もやしとハムのサラダ</p> <p>わかめとにらのスープ</p>	<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>赤魚の西京焼き</p> <p>しょっつるサラダ</p> <p>すき焼き風煮</p>	<p>★カレーライス (麦ごはん)</p> <p>福神漬</p> <p>牛乳</p> <p>★イタリアンサラダ</p>	<p>わかめごはん</p> <p>牛乳</p> <p>ひじきと豆腐のカップ焼き</p> <p>きんぴらごぼう</p> <p>じゃがいもと小松菜のみそ汁</p>	<p>ごはん (スティック納豆)</p> <p>牛乳</p> <p>ちくわの磯辺揚げ (2個)</p> <p>もやしとにらの炒め物</p> <p>豚汁</p>
11 防災給食	12	13	14	15
<p>オムライス (パックケチャップ)</p> <p>牛乳</p> <p>野菜のごまあえ</p> <p>救給根菜汁</p>	<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>タンドリーチキン</p> <p>まめまめサラダ</p> <p>ミネストローネ</p>	<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>さばの南蛮漬</p> <p>鶏肉とだいこんの煮物</p> <p>もやしと厚揚げのみそ汁</p>	<p>ピザトースト</p> <p>牛乳</p> <p>マカロニツナサラダ</p> <p>チキンブロス</p> <p>ミニフィッシュ</p>	<p>豚キムチ丼</p> <p>牛乳</p> <p>浅漬け</p> <p>ふきと豆腐のみそ汁</p>
18	19	20	21	22
<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>卵のカップ蒸し</p> <p>じゃが豚キムチ</p> <p>ほうれん草のみそ汁</p>	<p>チャーハン</p> <p>牛乳</p> <p>きゃべつとじゃがいものみそ汁</p> <p>フルーツヨーグルト</p>	<p>しゅんぎん ひ</p> <p>春分の日</p>	<p>ごはん (ひじきの佃煮)</p> <p>ジョア (ストロベリー)</p> <p>豆腐の五目焼き</p> <p>肉じゃが</p> <p>だいこんのみそ汁</p>	<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>チキンカツのみそソースがけ</p> <p>きゃべつのサラダ</p> <p>なめこと豆腐のみそ汁</p>
				修了式(6年生給食なし)

3月11日は『防災給食』です。

給食調理場でも、もしものときに備えて、全国学校栄養士会で開発した『救給カレー』と『救給根菜汁』を全校児童生徒と教職員の分を備蓄しています。非常時の食事として知っておいてほしいという思いから、毎年、東日本大震災のあった3月11日ころに出しています。今年は、「救給根菜汁」を出したいと思います。



救給シリーズはネットでも買えます。ご家庭でも非常食として備蓄してみてもいかがでしょうか。

↓↓裏面もあります↓↓

