

★太字は小国産食材です！



令和5年度 4月 給食献立表



小国町立小国小学校

日 曜日	こんだて ※給食がある日は、  が1本つきます。 ※都合により変更になることがあります。		あかのたべもの おもに体をつくるはたらき		きいろのたべもの おもに力のもとになるはたらき		みどりのたべもの おもに体の調子を整えるはたらき		
			1群 肉・魚・卵・豆・豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻など	5群 ごはん・パン・めん・砂糖・いも	6群 油・ごまなど	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこなど	
10月	 ごはん	タコライス レタスのスープ 甘夏柑	ぶたひきにく ベーコン きぬごし豆腐	ぎゅうにゅう チーズ	ごはん	あぶら	にんじん トマト	たまねぎ キャベツ とうもろこし ぶなしめじ あまなつ	
11火	 ごはん	鶏肉のきじ焼き のりマヨサラダ ほうれん草の味噌汁	とりももにく ツナ もめん豆腐 みそ	ぎゅうにゅう のり	ごはん さとう	すりごま ノンエッグ マヨネーズ	にんじん ほうれんそう	しょうが きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ	
12水	 ごはん	アジ開きフライ かんぴょうのごま和え 具だくさん豚汁	あじフライ ぶたこまにく もめん豆腐 みそ	ぎゅうにゅう	ごはん さとう じゃがいも	あぶら すりごま	にんじん ほうれんそう	かんぴょう ごぼう ほししいたけ キャベツ だいこん ねぎ	
13木	 ごはん	焼きぎょうざ マーボー春雨 中華コーンスープ 型抜きチーズ	ぎょうざ ぶたひきにく みそ	ぎゅうにゅう チーズ	ごはん はるさめ かたくりこ さとう	あぶら ごまあぶら	にんじん ちんげんさい	たけのこ しょうが グリーンピース とうもろこし ぶなしめじ にんにく たまねぎ きくらげ	
14金	 華やかごはん	モロナゲット 磯香あえ 吉野汁	モロナゲット とりももにく	ぎゅうにゅう のり	ごはん さとう かたくりこ	あぶら	こまつな にんじん	もやし えのきたけ だいこん ねぎ	
17月	 ごはん	入学・進級おめでとうこんだて		ぎゅうにゅう あげちりめん	ごはん じゃがいも いちごゼリー	あぶら	にんじん	たまねぎ グリーンピース とうもろこし にんにく キャベツ きゅうり	
18火	 ごはん	白身魚万ねぎ醤油かけ ひじきの炒り煮 もやしの味噌汁	たらフライ あぶらあげ だいず なまあげ みそ	ぎゅうにゅう ひじき	ごはん さとう	あぶら	にんじん こまつな	ねぎ グリーンピース こんにゃく もやし	
19水	 食パン	ハンバーグケチャップソース キャロットサラダ 野菜のクリーミースープ	ハンバーグ ツナ とりももにく	ぎゅうにゅう	しよくパン さとう こめこ	オリーブオイル バター	にんじん パセリ かぼちゃ	キャベツ とうもろこし ほんしめじ レモン たまねぎ	
20木	 ごはん	お花見こんだて		とりにく みそ なると きぬごし豆腐	ぎゅうにゅう お花見団子	ごはん かたくりこ さとう みたらしだんご	いりごま すりごま あぶら	しそ にんじん ほうれんそう むきえだまめ しょうが とうもろこし ほししいたけ	
21金	 ごはん	ほっけの昆布醤油干し マカロニサラダ わらびとなめこの味噌汁	ほっけこんぶ しょうゆほし ローズハム みそ もめん豆腐	ぎゅうにゅう	ごはん マカロニ	ノンエッグ マヨネーズ	にんじん	とうもろこし キャベツ なめこ わらび きゅうり たまねぎ ねぎ	
24月	 ごはん	厚焼玉子 肉じゃが キャベツと厚揚げの味噌汁	あつやきたまご ぶたこまにく あつあげ みそ	ぎゅうにゅう	ごはん じゃがいも さとう		にんじん	たまねぎ グリーンピース いとこにゃく キャベツ えのきたけ	
25火	 ごはん	鮭メンチカツ 切干大根の和えもの もやしのみそスープ 河内ばんかん	さけメンチカツ やきちくわ ぶたこまにく みそ	ぎゅうにゅう こんぶ	ごはん さとう	あぶら ごまあぶら ドレッシング	にんじん にら	きりぼしだいこん きゅうり たけのこ ほししいたけ かわちばんかん もやし にんにく	
26水	 ハンズパン	ハムチーズカツ ポイル野菜 具だくさんカレースープ	ハムチーズカツ ベーコン だいず	ぎゅうにゅう	ハンズパン じゃがいも	あぶら	にんじん パセリ かぼちゃ	キャベツ にんにく たまねぎ	
27木	 ごはん	鶏肉の香味焼き 春雨の和えもの じゃが芋とわかめの味噌汁	とりももにく ローズハム あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	ごはん さとう はるさめ じゃがいも	ごまあぶら いりごま	にんじん ほうれんそう	にんにく きくらげ もやし ねぎ	
28金	 ごはん	地産地消の日		ぶたこまにく なまあげ	ぎゅうにゅう	ごはん じゃがいも さとう かたくりこ	あぶら	カラーピーマン にんじん きぬさや たまねぎ しょうが ほししいたけ こんにゃく にんにく たけのこ わらび バナナ	
29土	授業参観・PTA総会の日								

新入学生のみなさんへ

ごにゆうがく おめでとうございます。
1ねんせいの きゅうしょくは、17にち(げつ)
からはじまります。おいしくたのしくたべて、げんき
なからだをつくりましょう。
きゅうしょくとうばんもはじまります。じゅんぴ
からあとかたづけまで じぶん
たちでがんばりましょう。

2年生以上のみなさんへ

進級おめでとうございます。
今年度の給食は、10日(月)から始まります。
今年度も、たくさんの料理に出会えることで
しょう。苦手な食べ物にも挑戦をして、自分の
味覚を広げたいですね。
食べる量も、昨年度よりも増えます。
よくかんでしっかり食べましょう!!