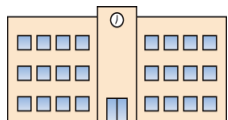


平成28年度4月分学校給食献立表

筑前町立 三輪小学校

日曜	こ ん だ て		エネルギー	たんぱく質	ざ い り よ う		
	しゅしょく	ぎゅうにゅう	Kcal	g	もの	ととのえるもの	もとなるもの
7木	ごはん		570	25.6	さわら のり ぶたにく とうふ みそ ぎゅうにゅう	もやし ほうれんそう にんじん だいこん ごぼう はくさい こんにゃく ねぎ しょうが	おもにねつやちからの もとなるもの
8金	むぎごはん		730	27.6	ぶたにく イカ こんぶ うずらのたまご だいず しらすぼし ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん きくらげ キャベツ もやし たけのこ ねぎ ヤングコーン しょうが にんにく	こめ むぎ あぶら ごまあぶら でんぷん さとう
11月	にゅうがくしき						
12火	たけのこごはん		592	26.1	とりにく たまご チーズ かまぼこ とうふ わかめ ぎゅうにゅう	たけのこ ごぼう にんじん えだまめ きゅうり たまねぎ えのき ねぎ	こめ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ ふ
13水	ミルクパン		615	24.3	ウインナー チーズ ハム ヨーグルト ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん エリンギ ピーマン トマト キャベツ きゅうり レモン	パン スパゲッティ あぶらアーモンド
14木	ごはん		681	23.5	とりつくね わふうさらだ しらたまじる	きゅうり ごぼう にんじん たまねぎ こまつな	こめ ごま ノンエッグマヨネーズ しらたまご
15金	むぎごはん		610	23.2	いわしのうめに ちくさあえ じゃがいものみそしる	コーン にんじん ほうれんそう キャベツ たまねぎ ねぎ	こめ むぎ ごま ごまあぶら さとう じゃがいも
18月	むぎごはん のりかつおふりかけ		610	23.6	ぶたにくとやさいのにも ごまじゃこあえ	たまねぎ にんじん ごぼう こんにゃく えだまめ こまつな もやし キャベツ	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう ごま
19火	ごはん ツナだいず		571	24.1	ツナ だいず とりにく わかめ ちくわ たまご ぎゅうにゅう	にんじん しょうが しめじ たまねぎ ねぎ こまつな キャベツ もやし	こめ さとう あぶら うどん アーモンド ごま
20水	ワンローフパン		594	25.7	ホキ ベーコン たまご とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ キャベツ ピーマン にんじん オレンジ	パン あぶら じゃがいも でんぷん
21木	ごはん		669	27.7	ぶたにく あつあげ うずらのたまご くらげ ぎゅうにゅう	チンゲンサイ たまねぎ たけのこ にんじん きゅうり キャベツ コーン	こめ あぶら さとう ごま ごまあぶら
22金	かんげいえんそく						
25月	むぎごはん		606	26.8	さけ ぎゅうにく とうふ あぶらあげ わかめ みそ ぎゅうにゅう	ごぼうこんにゃく にんじん たまねぎ こまつな えのき	こめ むぎ あぶら ごま ごまあぶら さとう
26火	チキンライス		716	25.1	とりにく ハム ベーコン レンズまめ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ きゅうり チンゲンサイ セロリ	こめ あぶら マカロニ ノンエッグマヨネーズ じゃがいも
27水	しょくパン		626	25.7	とりにく チーズ ハム しろいんげんまめ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ キャベツ きゅうり レモン オレンジ	パン じゃがいも バター あぶら こむぎこ
28木	むぎごはん		593	24.3	とりにくのパーベキューソースかけ ゆでやさい のっぺいじる	たまねぎ りんご みかん キャベツ きゅうり にんじん ごぼうこんにゃく ねぎ	こめ むぎ あぶら さとう でんぷん じゃがいも
29金	しょうわのひ						
30土	むぎごはん ふくじんづけ		693	22	ぎゅうにく チーズ ヨーグルト ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん にんにく りんご みかん パイナップル もも バナナ	こめ むぎ じゃがいも あぶら なまクリーム

※ 材料などの都合により、献立を変更することがあります。



給食が始まります！

安心安全でおいしい給食を作ります！

ご入学、ご進級おめでとうございます。
 学校給食は、子どもたちの成長を考えて、エネルギー量や栄養のバランスを考え、旬の食材や地場産物を取り入れてつくっています。また、安全安心な給食を提供できるように細心の注意をはらっています。
 今年も1年間、よろしくお願いいたします。



今月のこんだてより

- 1年生の給食は14日から始まります。
- 19日の食育の日のメニューは、筑前町の大豆を使った「ツナ大豆」です。

食事の手洗いを忘れずに

手洗いは、手の汚れを落とすだけでなく、食中毒などを予防するためにとっても大切なことです。食事の前にはせっけんできれいに手を洗うようにしましょう。

