



# 4月 きゅうしょくこんだてひょう

平成30年度

菅平小学校

月	火	水	木	金
<p><b>入学・進級おめでとございます</b></p> <p>ピカピカの新入生をむかえ、新年度がはじまりました。            新たな教室、新しい先生、新しい友だち。これからスタートする            新しい生活にワクワク、ドキドキしていることでしょう。            給食室では、心も身体もすくすくと大きく成長してもらえような            おいしく、安全な給食作りをしています。            1年間、どうぞよろしくお祈いします。</p>			<p><b>平成30年度の 給食費について</b></p> <p>&lt;低学年&gt;一食263円 集金月額5260円            &lt;高学年&gt;一食283円 集金月額5660円</p>	
<p><b>きょうから一年生</b></p> 			<p><b>おねがい</b></p> <p>入院や病欠などで、5日以上 欠食が見込まれる場合には            給食をとめることができます。担任までお知らせください。</p>	
<p><b>今月のしゅん</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>はっさく</li> <li>いちご</li> <li>こかぶ</li> <li>春キャベツ</li> <li>うど</li> </ul> 	<p><b>&lt;栄養の基準量&gt;</b>            (3.4年生)</p> <p>(熱量) 640kcal            (たん白質) 24(18~32)g            (脂質) 17.7~21.3g            (塩分) 2.5g</p> <p>※1ヶ月の平均が基準量を満たすよう献立をたてます。</p>			<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>とりささみのレモンあえ</li> <li>ミモザサラダ</li> <li>ABCスープ</li> </ul>
<p>9 「いいは」のひ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ひじきむぎごはん</li> <li>こおりとうふのふくめに</li> <li>あおなとチーズのあえもの</li> <li>とんじる</li> </ul>	<p>10 にゅうがく おいわい こんだて</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>せきはん</li> <li>ささかまほこのてんぷら</li> <li>うめおかかあえ</li> <li>うずらのたまごのスーフ</li> <li>デザート</li> </ul>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>ごもくたまごやき</li> <li>ポテトのこうみあえ</li> <li>かいそうスーフ</li> </ul>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>やきとりどんのぐ</li> <li>きりほしだいこんのさんはいず</li> <li>あおなのみそしる</li> <li>ミニトマト</li> </ul>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>さかなのフリッター</li> <li>ごまじゃこサラダ</li> <li>はるさめスーフ</li> </ul>
<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>マーボーとうふ</li> <li>パンサンスーフ</li> <li>わかめスーフ</li> </ul>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>さほのカレーやき</li> <li>うどのサラダ</li> <li>もやしとあげのみそしる</li> <li>くだもの(かんきつけい)</li> </ul>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>うめきびごはん</li> <li>とりのからあげ</li> <li>フロッコリーサラダ</li> <li>かきたまじる</li> <li>いちごゼリー</li> </ul>	<p>19 ちいきしょくざいのひ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>はつがげんまいごはん</li> <li>うのはなのいりに</li> <li>まっちゃミルクビーンズ</li> <li>ちんげんさいのスーフ</li> <li>くだもの(いちご)</li> </ul>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>なめし</li> <li>レバーのみそがらめ</li> <li>グリーンサラダ</li> <li>はるキャベツチャウダー</li> </ul>
<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>わふうハンバーグ</li> <li>こかぶのもみづけ</li> <li>いなかじる</li> </ul>	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>ちくわのごまがらめ</li> <li>こんにゃくサラダ</li> <li>そだねーじる</li> <li>くだもの(かんきつけい)</li> </ul>	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>さわらのチーズやき</li> <li>もやしのカレーあえ</li> <li>ミネストローネ</li> </ul>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>ぶたにくのスタミナいため</li> <li>ひじきとちくわのマリネ</li> <li>じゃがいもとわかめのみそしる</li> </ul>	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>むぎごはん</li> <li>ポークカレー</li> <li>かいそうサラダ</li> <li>ヨーグルトあえ</li> </ul>
<p>★献立表は台所等にはって、家庭での食事づくりの参考にご活用ください。            ★都合により献立を変更することがあります。</p>			<p>ぎゅうにゅう まいにちで 牛乳が毎日出ます。みんなの健康と成長に            けんこう せいちよう とても大切な食品です。たっぷりのみましよう。</p> 	

## きゅうしょくのもりつけ

