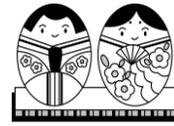




学校給食こんだてひょう



令和3年度 竜王北小学校

ひ ょうび	こんだてめい		り ん ご う ば	あかのなかま	さいろのなかま	みどいのなかま	メモ
	主食	副食		ちやくやほねを つくるしよくひん	ねつやちからの もとになるしよくひん	からだのちようしを ととのえるしよくひん	
1 火	むぎごはん	とんじる① さばのゴマまよやき② おかかサラダ③ あかさかとまと④	① ② ③ ④	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ にほし サバ ごま かまぼこ かつおぶし	こめ むぎ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ ドレッシング	だいこん にんじん ねぎ こんにゃく にんにく レモン こまつな きゅうり はくさい にんじん あかさかとまと	
2 水	むぎごはん	すいぎょうざスープ① ホイコウロウ② ホタテサラダ③	① ② ③	ぎゅうにゅう なると ぶたにく みそ ホタテ	こめ むぎ すいぎょうざ ごまあぶら トウパンジャン テンメンジャン マヨネーズ	はくさい ちんげんさい ネギ キャベツ ピーマン だいこん にんじん きゅうり レモン	
3 木	ひなまつりちらしずし①	すましじる② にびたし③ ひしもち④	① ② ③ ④	ぎゅうにゅう たまご えび かつおぶし あさり かまぼこ かつおぶし ちくわ	こめ むぎ もちごめ さとう	かんぴょう にんじん ほししいたけ れんこん さやえんどう こまつな いとみつば キャベツ なのはな にんじん きょうな	ひなまつり給食
4 金	カレースパゲ	クラムチャウダー② ツナサラダ③ クリームブッセ④	① ② ③ ④	ぎゅうにゅう ソーセージ なまクリーム ベーコン あさり きゅうにゅう なま クリーム とうにゅう ツナ ぎゅうにゅう なまクリーム たまご	スパゲティ カレールウ じゃがいも ドレッシング こむぎこ はちみつ	ピーマン マッシュルーム たまねぎ にんじん トマト たまねぎ にんじん パセリ きゅうり ピーマン キャベツ コーン	
7 月	ルーロー	にたまご② だいこんスープ③ てづくりみかんゼリー④	① ② ③ ④	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	こめ むぎ ごまあぶら かきあぶら たまご オレンジジュース グールゼ リーのもと	チンゲンサイ きゅうり にんじん たまねぎ だいこん エノキ ねぎ にんじん みかん	ルーローハンは、た いわんのめいぶつ りょうり
8 火	むぎごはん	やさいのおみそしる① さいきょうやき② ちくわのにももの③ ふりかけ④	① ② ③ ④	ぎゅうにゅう みそ いわし まだい さいきょうみそ ちくわ とりにく ごま かつおぶし のり	こめ むぎ 	にんじん はくさい こまつな ネギ ごぼう にんじん こんにゃく いんげん しいたけ	
9 水	キャラム&ロケット	カボチャスープ① チキンピカタ② マスタードサラダ③ アロエミルクスイーツ④	① ② ③ ④	ぎゅうにゅう とりにく えだまめ ひよこ まめ きゅうにゅう とりにく たまご チーズ ハム ぎゅうにゅう	キャロットロール いちご ジャム パンプキンポタージュ マヨネーズ カレーこ オリーブオイル マスタード ミルクスイーツのもと	かぼちゃ たまねぎ パセリ にんにく しょうが ピーマン カリフラワー キャベツ アロエ もも	
10 木	むぎごはん	コーンスープ① エビフライ② てづくりタルタルソース③ ハムサラダ④	① ② ③ ④	ぎゅうにゅう とりにく エビ たまご たまご ハム	こめ むぎ けいとんたん こむぎこ パンこ マヨネーズ ケチャップ ドレッシング	にんじん チンゲンサイ ネギ コーン たまねぎ きゅうり (ピクルス) パセリ キャベツ にんじん きゅうり ほうれんそう	
11 金	むぎごはん	トックスープ① よだれどり② ナムル③ でこぼん④	① ② ③ ④	ぎゅうにゅう とりにく トック なると とりにく かまぼこ 	こめ むぎ ごまあぶら トウパンジャン かきあぶら ごまあぶら	こまつな エノキ ねぎ にんにく しょうが キャベツ ほうれんそう きゅうり でこぼん	おいしくてよだれ がでるといこと で、よだれどりと いうりょうりめい です

ひ ようび	こんだてめい		り ん ご う ば	あかのなかま	きいろのなかま	みどいのなかま		
	主食	副食		ちやくやほねを つくるしよくひん	ねつやちからの もとなるしよくひん	からだのちょうしを ととのえるしよくひ		
14 月	○	タンメン①	こんさいのあげに② かまぼこサラダ③ レモンタルト④	ぎゅうにゅう ① ぶたにく ② とりにく ③ かまぼこ かつおぶし のり ④ たまご ぎゅうにゅう	ラーメンのめん しおこうじ ごま かたくりこ ごまあぶら こむぎこ	もやし にはら はくさい にんじん ねぎ さつまいも れんこん にんじん だいこん にんじん きゅうり レモン		
15 火	○	むぎごはん	はくさいスープ① だいこんのみそにこみ② だいずのいそに③	ぎゅうにゅう ① とりにく ② ぶたにく さつまあげ みそ ③ だいず とりにく ひじき あぶらあげ	こめ むぎ	エノキ ねぎ はくさい だいこん にんじん インゲン にんじん こんにゃく		
16 水	○	むぎごはん	ワカメスープ① さかなのヤンニョムソース② はるさめサラダ③	ぎゅうにゅう ① わかめ なると とりにく ② メルルーサ ③ ハム たまご	こめ むぎ かたくりこ コチュジャン トマトケチャップ ごまあぶら	キャベツ コーン にんにく しょうが はるさめ にんじん きゅうり	ヤンニョムとはかんこくのあまからいあじつけです	
17 木		おせきはん	すましじる① わふうハンバーグ② いそかあえ③ てづくりプリンパフェ④	ぎゅうにゅう あずき ① かつおぶし とうふ かまぼこ なると わかめ とりにく ② ぶたにく ぎゅうにく とうふ たまご みそ ③ ちくわ のり ④ ぎゅうにゅう なまクリーム	むぎ もちこめ こめ かたくりこ かきあぶら マヨネーズ パンコ ナツメグ ごま ごまあぶら プリンのもと チョコレート	ネギ にんじん だいこん にんじん ネギ たまねぎ しめじ エノキ にんじん キャベツ ほうれんそう コーン いちご もも	卒業式お祝い給食 	
18 金		卒 業 式						
22 火	○	カピザ① ナン	ほうれんそうスープ② ホットサラダ③ バニラヨーグルト④	ぎゅうにゅう ① とりにく ぶたにく チーズ ② とりにく ③ ソーセージ ④ ヨーグルト	ナン カレーご カレールウ トマトケチャップ マヨネーズ マスタード	たまねぎ にんじん ピーマン トマト ほうれんそう コーン にんじん かぼちゃ さつまいも きゅうり フロccoli レモン バニラビーンズ	ナンにカレーとチーズをかけてとくせいナンピザです	
23 水	○	ストパマグテイス① ス	ソーセージスープ② シーザーサラダ③ てづくりクッキー④	ぎゅうにゅう ① ツナ ② チーズ ベーコン ③ ソーセージ ④ バター たまご	スパゲティ オリーブオイル トマトケチャップ ドレッシング ドレッシング クルトン コーンフレーク こむぎこ チョコレート	にんじん たまねぎ なす マッシュルーム トマト ピーマン コーン キャベツ ほうれんそう しめじ エノキ にんじん たまねぎ パセリ	コーンフレークのてづくりクッキー	

おめでたい日の赤飯

もち米と小豆やささげなどを蒸した赤飯は、お祝いの席などでよく食べられます。これは、赤い色には邪気をはらうという意味があるからです。もともとは凶事の時に赤飯を用いていましたが、「凶事をかえして福にする」という縁起直しから慶事に食べられるようになったといわれています。現在でも、仏事に赤飯を食べる地域もあるようです。

**1年間の給食を
ふりかえろう**

学校給食は、みなさんが元気に成長できるように、エネルギーや栄養素を考えてつくられています。毎日残さずに食べましたか？ また、給食当番の仕事がきちんとできましたか？ 自分自身のことをふりかえってみましょう。