



学校給食献立予定表



令和 2年度 竜王南小学校

日にち 曜日	牛乳	こんだてめい		料理 番号	血や肉、骨を 作る食品	熱や力になる食品	体の調子を整える食品	備考
		しゅしょく	ふくしょく					
20 (月)	○	はちみつ パン	ポテトのピザソース① コーンサラダ② だいこんスープ③	①	牛乳	パン	ピーマン たまねぎ 赤坂トマト きゅうり にんじん ブロッコリー ホールコーン 大根 にんじん たまねぎ 小松菜	赤坂トマトで ソースを 作りました 
				②	チーズ	じゃがいも マヨネーズ		
				③	ローズハム	ドレッシング		
21 (火)	○	むぎ ごはん	やきさかな (ほっけ) ① はるのにくじゃが② みそしる③ いちごプリン	①	牛乳 プリン	米 麦 強化米	たまねぎ にんじん 干しいたけ 菜花 エリンギ ねぎ	肉じゃがに 菜の花を 入れました 
				②	豚肉	じゃがいも しらたき 米油		
				③	厚揚げ 味噌 煮 干			
22 (水)	○	くろ パン	ポークビーンズ① こまつなソテー② キャベツスープ③ おいおいケーキ	①	牛乳 ケーキ	パン	にんじん たまねぎ 赤坂トマト 小松菜 にんじん エリンギ 萵パプリカ キャベツ にんじん 大根 えのきたけ	じゃがいもと 大豆を 赤坂トマトで 煮込みました 
				②	豚肉 大豆	じゃがいも 米油 砂糖		
				③	鶏肉	米油		
23 (木)	○	ちゅうか どん ①	ちゅうかあえ② くきわかめととうふの スープ③	①	牛乳	米 麦 強化米	たけのこ 白菜 きくらげ にんじん たまねぎ ほうれん草 にんじん もやし ホールコーン ねぎ	たくさんの 野菜が 入った 丼です 
				②	豚肉 いか えび なると うずら卵	米油 かたくり粉		
				③	ローズハム	砂糖 ごま油 ドレッシング		
24 (金)	○	ポーク カレー ライス ①	につけたまご② はりはりづけ③ てづくりアロエいり オレンジゼリー	①	牛乳	米 麦 強化米	アロエ オレンジゼリーの素 たまねぎ にんじん しょうが にんにく グリンピース	カレーを 食べて 元気もりもり 
				②	豚肉	じゃがいも 米油		
				③	卵	砂糖		
27 (月)	○	しょく パン (ジャム & マーガ リン) ①	はるやさいの スパゲティ② うみのやさいスープ③	①	牛乳	パン	いちごジャム 菜花 にんじん たけのこ にんにく もやし にんじん ねぎ	一つ一つ 給食室で 塗りました 
				②	しらす干し	スパゲティ 米油		
				③	わかめ もずく うずら卵			
28 (火)	○	むぎ ごはん	メルルーサの マヨネーズやき① やさしいため② みそしる③	①	牛乳	米 麦 強化米	たまねぎ 乾燥パセリ もやし にんじん キャベツ ピーマン ねぎ	白身の魚と マヨネーズが あいます 
				②	メルルーサ	マヨネーズ パン粉		
				③	豚肉	米油		
29 (水)	 昭和の日							
30 (木)	○	ごもく チャー ハン①	とりだんごスープ② カクテルゼリー③	①	牛乳	米 麦 強化米	しその葉 たまねぎ にんじん 干しいたけ ホールコーン ねぎ グリンピース たまねぎ しょうが えのきたけ ちんげん菜 カクテルゼリー パイン もも みかん ナタデココ	今日の給食は 野菜が いっぱい 
				②	焼き豚	米油		
				③	鶏肉	パン粉 かたくり粉 ごま油		



入学・進学おめでとうございます。



春のあたたかな日差しの中、ピカピカのランドセルを背にした新入生を迎え、新年度が始まりました。春の光のように明るく元気いっぱいの児童や、新しいクラスで少し緊張している児童とさまざまですが、みんな楽しそうです。新しい学年・教室・教科書と気持ちまで新しくなったような気がしませんか？1年生は新しいお友達がたくさんできるので、楽しい学校生活が送れると思います。在校生のみなさんもやる気に満ちあふれているのではないのでしょうか？

心も体も大きく成長するためには、健康が第一の条件です。その健康を保つために最も重要なのが、毎日の【食事】です。学校給食では、裏面のような点に注意しながら献立をたて、成長期にある児童たちに望ましい食生活を身につけてほしいと願っています。給食室も5人の調理員さんと協力し、おいしく楽しく、そして安全な給食を作っていきます。児童のみなさんが残さず食べてくれることが、一番の願いです。