



4 がっこんだて表

献立目標

マナーを守って、楽しい給食時間にしよう

大田市学校給食センター

食材等の都合により、献立の変更をすることがあります。

日 (曜日)	行事	献立名	からだを作る食べ物		からだの調子を整える食べ物		エネルギーになる食べ物		家庭で 補いたい 食品
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
8日 (水)		ごはん とうふハンバーグのやさいあんかけ カレーごまあえ いもちみそしる	とうふ みそ とりにく ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン ほうれんそう ねぎ	たまねぎ しょうが キャベツ だいずもやし	ごぼう しめじ	こめ おぎ パンこ じゃがいも さとう こむぎこ かたくりこ	あぶら ごま 海藻 根菜
9日 (木)		ごはん ポークチャップ チーズサラダ とうにゅうスープ	ぶたにく ツナ だいず とうにゅう	ぎゅうにゅう チーズ	ブロッコリー にんじん こまつな	たまねぎ エリンギ きゅうり キャベツ		こめ おぎ さとう かたくりこ じゃがいも	あぶら 果物 種実類
10日 (金)	お花見献立	ちらしずし キャベツいりさかなてんぷら かつのりあえ おつゆふのすましじる さくらもち	あぶらあげ たい かつおぶし たら とうふ かまぼこ	ぎゅうにゅう のり	にんじん ほうれんそう ねぎ きぬさや	ほししいたけ たけのこ れんこん キャベツ	きゅうり もやし えのきたけ たまねぎ	こめ さとう ふ かたくりこ さくらもち	えごま あぶら 乳製品 緑黄色野菜
13日 (月)		ごはん にくだんごのあまずあん アーモンドサラダ もずくスープ	ぶたにく とりにく ツナ	ぎゅうにゅう もずく	にんじん ピーマン こまつな チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ きゅうり レモン	えのきたけ	こめ おぎ パンこ かたくりこ さとう	あぶら アーモンド 卵 淡色野菜
14日 (火)	幼・小 1個 中 2個	ごはん あげとうふのにくみそだれ きりぼしだいこんのごまずあえ わかたけじる	とうふ ぶたにく みそ かまぼこ	ぎゅうにゅう わかめ	さやいんげん にんじん ほうれんそう	たまねぎ きりぼしだいこん ほししいたけ キャベツ きゅうり	たけのこ ほししいたけ	こめ おぎ こめこ かたくりこ こむぎこ さとう	あぶら ごま 果物 いも類
15日 (水)	☆トマトポトフは 汁少なめです!	ごはん さけのマスタードやき アスパラサラダ ウインナーのトマトポトフ	さけ ウインナー だいず ぶたレバー	ぎゅうにゅう	アスパラガス こまつな トマト にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ にんにく		こめ おぎ じゃがいも さとう しろはなまめ しろいんげんまめ	マヨネーズ あぶら 小魚 淡色野菜
16日 (木)		ごはん バーベキューソースいため ひじきのうめマヨサラダ はるさめスープ	ぶたにく とりにく かつおぶし あつあげ	ぎゅうにゅう ひじき	ピーマン にんじん ほうれんそう チンゲンサイ	にんにく たまねぎ りんご キャベツ	うめ ほししいたけ	こめ おぎ さとう かたくりこ はるさめ	あぶら マヨネーズ 乳製品 根菜
17日 (金)	入学・進級 お祝い献立	ゆかりごはん とりにくのしおこうじからあげ やさいのカリポリあえ なのはなのすましじる おいおいデザート	とりにく かまぼこ	ぎゅうにゅう わかめ	しそ こまつな にんじん なのはな	にんにく しょうが きゅうり キャベツ	たくあん たまねぎ えのきたけ	こめ おぎ さとう いちごゼリー こむぎこ かたくりこ	あぶら ごま 大豆製品 淡色野菜
20日 (月)	1日遅い 食育の日献立	ごはん あじのこうみフライ なめたけあえ つくねのみそしる	あじ とりにく みそ かまぼこ	ぎゅうにゅう のり わかめ	パセリ にんじん ほうれんそう ねぎ	キャベツ もやし なめたけ たまねぎ	しょうが	こめ おぎ さとう かたくりこ パンこ さといも こむぎこ	ごま あぶら 卵 果物
21日 (火)	☆マーボー 厚揚げは 汁少なめです!	ごはん やきぎょうざ ナムル マーボーあつあげ	ぶたにく ぎゅうにく あつあげ みそ	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん にら にんじん ほうれんそう	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが	ほししいたけ だいずもやし たけのこ	こめ おぎ こむぎこ さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら 小魚 種実類
22日 (水)		さんさいかきあげうどん (うどん さんさいかきあげ うどんのしる) ネバマヨあえ	とりにく あぶらあげ さつまあげ ハム なっとう	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ ほうれんそう みずな アスパラガス	だいこん やまうど たまねぎ ほししいたけ なめこ キャベツ わらび たけのこ えのきたけ ごぼう	うどん こむぎこ	あぶら マヨネーズ 海藻 いも類	
23日 (木)		ハムカツサンド (パン ハムカツ) かいそうサラダ ABCマカロニとあすっこのスープ	とりにく ぶたにく かまぼこ だいず	ぎゅうにゅう わかめ こんぶ	にんじん あすっこ	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ	きゅうり とうもろこし しめじ	パン かたくりこ さとう こむぎこ マカロニ パンこ	あぶら 緑黄色野菜 果物
24日 (金)	かめカメ献立	ごはん さわらのしんりょくやき (NEW) ごもくきんぴら あつあげともやしのみそしる	さわら ぶたにく あつあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	まっちゃん にんじん ねぎ きぬさや	ごぼう こんにやく れんこん	もやし たまねぎ	こめ おぎ さとう	マヨネーズ ごまあぶら ごま きのこ いも類
27日 (月)		ごはん スパイシーチキン (NEW) シャキシャキポテトのサラダ あざりとらビオリのスープ	とりにく あざり ツナ だいず ぶたにく	ぎゅうにゅう	さやいんげん にんじん こまつな	きゅうり たまねぎ キャベツ えのきたけ		こめ おぎ じゃがいも さとう パンこ しろいんげんまめ こむぎこ しろはなまめ	あぶら ごま 海藻 淡色野菜
28日 (火)		ごはん さばのたつたあげ あすっこのおかかあえ しんたまねぎのみそしる	さば かつおぶし とうふ みそ	ぎゅうにゅう	あすっこ ほうれんそう にんじん ねぎ	しょうが キャベツ たまねぎ えのきたけ		こめ おぎ さとう こむぎこ かたくりこ	あぶら 根菜 種実類
30日 (木)		ポークカレーライス (ごはん ポークカレースープ) オムレツ はるキャベツとじゃこのサラダ	ぶたにく たまご ツナ	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ	にんじん アスパラガス こまつな	にんにく しょうが たまねぎ りんご	キャベツ とうもろこし	こめ おぎ じゃがいも こむぎこ さとう はちみつ	あぶら 大豆製品 きのこ



～今月の地元食材(予定)～

☆こめ ☆みそ ☆とうふ ☆あぶらあげ ☆だいず ☆えごま ☆キャベツいりさかなてんぷら
☆さつまあげ ☆さば ☆たけのこ ☆キャベツ ☆たまねぎ ☆アスパラガス

牛乳は毎日つきます

学校給食は、みなさんの給食費でまかっています。
毎月の納付をお願いいたします。



大田市マスコットキャラクター
「らとちゃん」

ご入園・ご入学・ご進級おめでとうございます!



新学期がスタートしました。給食の時間がみなさんにとって
楽しみのひとつとなるよう、給食センタースタッフ一同、心をこめて
「安心・安全でおいしい給食」をお届けしていきたいと思ひます。
1年間よろしくお願ひいたします。



【今月の平均栄養価】

	幼稚園	小学校	中学校
エネルギー	506kcal	638kcal	788kcal
たんぱく質	22.9g	27.8g	33.6g

給食センターのキャラクター

おいら かめ吉!
大田の給食には、大田でとれる、おいらの仲間
たちがたくさん登場するんだぜ～!
紹介するぜい!覚えてね～!

