

# \* 4月のこんだて予定表 \*

献立は変わることがあります。

小木小学校

## 給食を食べる時のマナー

・今月予定している地場産物は…

米



給食で使用されるお米は能登町産です。

- ・感謝の気持ちで「いただきます」「ごちそうさまでした」を言う
- ・正しい姿勢で食べる ・茶わんを持って食べる
- ・嫌いなものでも食べる努力をする ・もぐもぐと口を閉じて食べる
- ・正しい箸の持ち方で食べる ・ごはん粒などを残さない

など他にもいろいろあります。

みんなで楽しく食べられるように気を付けましょう。



		6日		7日		8日		9日		10日	
群		給食はありません		カレーライス 牛乳 福神漬あえ お祝いゼリー	エネルギー 658kcal P: 20.9g F: 19.0g 食塩 2.5g	ごはん 牛乳 かぼちゃコロッケ 春雨サラダ としじる豚汁	エネルギー 639kcal P: 20.8g F: 19.4g 食塩 1.6g	ごはん 牛乳 はるさめ 春巻き きゅうりともやしの中中華あえ せんざい 干切り野菜スープ	エネルギー 600kcal P: 15.5g F: 21.0g 食塩 2.0g	ごはん 牛乳 ハンバーグ ツナサラダ 真だくさんみそ汁	エネルギー 618kcal P: 21.7g F: 23.8g 食塩 1.9g
	黄	入学式		米 大麦 じゃがいも さとう ゼリー	米 パン粉 小麦粉 じゃがいも こんにやく さとう かたくり粉 はるさめ	米 はるさめ 小麦粉 さとう	米 じゃがいも かたくり粉 さとう				
	赤	1	油	油	油	油	油	油			
	緑	2	ふたもも肉 豆乳	ふたひき肉 ぶたもも肉 とうふ みそ	とりひき肉	とりひき肉 ぶたひき肉 ツナ缶 油あげ					
群		13日		14日		15日		16日		17日	
黄	5	ごはん 牛乳 コーンシウマイ もやしのナムル マーボー豆腐	エネルギー 643kcal P: 27.0g F: 20.7g 食塩 2.0g	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 切りほしだいこん いたしる 切干大根の炒め煮 じゃがいものみそ汁	エネルギー 604kcal P: 23.5g F: 18.3g 食塩 2.0g	ごはん 牛乳 焼きギョウザ チーズ納豆 みそ汁 さくらゼリー	エネルギー 635kcal P: 22.7g F: 19.7g 食塩 2.0g	コッペパン 牛乳 チキンカツ グリーンサラダ ポークビーンズ	エネルギー 618kcal P: 29.6g F: 28.2g 食塩 2.9g	チキンライス 牛乳 わかめとツナのサラダ コンソメスープ	エネルギー 606kcal P: 25.5g F: 20.5g 食塩 2.7g
赤	1	米 小麦粉 小麦粉 かたくり粉 さとう	米 じゃがいも かたくり粉 さとう	米 じゃがいも かたくり粉 さとう	米 じゃがいも かたくり粉 さとう	米 じゃがいも かたくり粉 さとう	米 小麦粉 小麦粉 じゃがいも さとう	米 さとう			
緑	2	油	油	油	油	油	油	油			
群		20日		21日		22日		23日		24日	
黄	5	ごはん 牛乳 わかどり 若鶏のからあげ きんぴらごぼう みそ汁	エネルギー 630kcal P: 23.0g F: 21.6g 食塩 2.1g	ごはん(減) 牛乳 ちくわの天ぷら ほうれん草のごまあえ わかめうどん汁	エネルギー 642kcal P: 21.6g F: 17.9g 食塩 3.3g	コーンとウインナーのカレーライス 牛乳 もやしと小松菜のナムル	エネルギー 636kcal P: 19.7g F: 19.1g 食塩 2.7g	ごはん 牛乳 豚肉と野菜の炒め物 厚揚げのみそ汁 豆乳プリン	エネルギー 633kcal P: 23.3g F: 19.5g 食塩 1.6g	わかめごはん 牛乳 いわしの竜田揚げ さつま揚げともやしの和え物 みそけんちん汁	エネルギー 592kcal P: 22.6g F: 21.6g 食塩 2.0g
赤	1	米 小麦粉 小麦粉 さとう	米 小麦粉 うどん さとう	米 小麦粉 うどん さとう	米 小麦粉 うどん さとう	米 小麦粉 小麦粉 じゃがいも さとう	米 じゃがいも さとう	米 じゃがいも さとう			
緑	2	油	油	油	油	油	油	油			
群		27日		28日		29日		30日		おいしい給食を届けられるようにがんばります。今年もよろしくお願ひします	
黄	5	ごはん 牛乳 チャブチェ ワンタンスープ	エネルギー 617kcal P: 20.9g F: 16.7g 食塩 1.9g	とりに 鶏そぼろ丼 牛乳 かい 海そうサラダ なめこ汁	エネルギー 638kcal P: 29.0g F: 19.2g 食塩 2.5g	昭和の日 昭和の日 昭和の日	食パン チョコクリーム 牛乳 肉団子のケチャップあん マカロニサラダ ジュリアンスープ	エネルギー 667kcal P: 31.6g F: 21.8g 食塩 2.6g			
赤	1	米 はるさめ ワンタン さとう	米 小麦粉 うどん さとう	米 小麦粉 うどん さとう	米 小麦粉 うどん さとう	昭和の日	食パン チョコクリーム マカロニ	食パン チョコクリーム マカロニ			
緑	2	油	油	油	油	昭和の日	油	油			
群		31日								おいしい給食を届けられるようにがんばります。今年もよろしくお願ひします	
黄	5	ごはん 牛乳 とりに 鶏そぼろ丼 牛乳 かい 海そうサラダ なめこ汁	エネルギー 638kcal P: 29.0g F: 19.2g 食塩 2.5g	とりに 鶏そぼろ丼 牛乳 かい 海そうサラダ なめこ汁	エネルギー 638kcal P: 29.0g F: 19.2g 食塩 2.5g	昭和の日	食パン チョコクリーム マカロニ	食パン チョコクリーム マカロニ			
赤	1	米 はるさめ ワンタン さとう	米 小麦粉 うどん さとう	米 小麦粉 うどん さとう	米 小麦粉 うどん さとう	昭和の日	食パン チョコクリーム マカロニ	食パン チョコクリーム マカロニ			
緑	2	油	油	油	油	昭和の日	油	油			

