



こんだてひょう

令和4年3月
千田小学校

月	火	水	木	金
献立表の見方 <small>こんだてめい 献立名</small>	1 ごはん さばのみそ煮 こぶあえ 豚汁	2 中華めん しょうゆラーメンスープ ぎょうざ 春雨サラダ	3 ひな祭りメニュー ちらし寿司 えびフライ 桃色サラダ のっぺい汁 ひな祭りゼリー	4 ハヤシライス (麦ごはん) 春のフルーツヨーグルトあえ
黄	ごはん さとう じゃがいも	めん はるさめ さとう ごま あぶら こむぎこ	ごはん さとう ごま あぶら マヨネーズ パンこ こむぎこ	ごはん むぎ あぶら じゃがいも パター さとう
赤	牛乳 さば みそ こんぶ とうふ ぶだにく だいず	牛乳 ぶだにく はると わかめ ハム	牛乳 とりにく えび ハム かまぼこ ほたてがい ぶ	牛乳 ぶだにく なまクリーム スキムミルク ヨーグルト
緑	しょうが キャベツ みすな にんじん こぼろ だいこん たまねぎ ねぎ こんにゃく	にんじん もやし メンマ どうもろこし ねぎ きゅうり もやし キャベツ	にんじん ししいだけ きめさや かぶ キャベツ きゅうり みすな うめ こぼろ こんにゃく	たまねぎ にんじん トマト みかん キャベツ きゅうり ちりめん
E:エネルギー P:タンパク質	E:617kcal P:28.3g	E:647kcal P:27.3g	E:686kcal P:23.6g	E:666kcal P:21.1g
7 ごはん 白身魚の薬味ソース ポテトサラダ キャベツのみそ汁	8 キムチチャーハン ジャガチーズ もずくスープ くだもの (デコポン)	9 6年生ありがとう給食 ソフトめんミートソース コードレッシングサラダ 手作り季節のフルーツゼリー セレクトドリンク	10 ごはん 手作りハンバーグ のり酢あえ たまごスープ	11 岩瀬蓮さん献立 ごはん 鶏のから揚げ 春野菜のサラダ 豆のみそ汁
黄	ごはん かたくりこ あぶら ごま じゃがいも マヨネーズ	ごはん むぎ あぶら ごま じゃがいも かたくりこ	めん あぶら さとう こむぎこ	ごはん パンこ さとう あぶら
赤	牛乳 ほき ハム あぶらあげ みそ だいず	牛乳 ぶだにく ベーコン チーズ とうふ もすく たまご	ぶだにく だいず ヨーグルト	牛乳 ぶだにく たまご ツナ のり なると とうふ
緑	しょうが ねぎ にんじん きゅうり キャベツ えのきたけ	はくさい いら たまねぎ ハセリ えのきたけ みつば デコポン	たまねぎ にんじん セロリ しめじ キャベツ きゅうり どうもろこし みかん もも ハイナッフル いちご	たまねぎ こまつな キャベツ もやし にんじん だいこん ねぎ みすな
E:670kcal P:25.4g	E:650kcal P:25.0g	E:616kcal P:19.1g	E:665kcal P:29.8g	E:668kcal P:26.9g
14 ごはん 車心の揚げ煮 きりざい 肉じゃが	15 わかめごはん レバーとポテトのカラフルあえ どさんこ汁 くだもの (せとか)	16 平澤和華さん献立 かぐや姫特製のたけのこごはん ぐでたまが作った卵焼き わかめとレタスのお酢サラダ あつ森の世界でとれたアサリで作ったアサリ汁	17 きなご揚げパン (米粉パン) 海藻サラダ きのこのシチュー 豆乳パンナコッタ	18 ごはん 鮭のみそマヨ焼き 五色あえ すき焼き風煮 (もち入り)
黄	ごはん あぶら さとう ごま じゃがいも	ごはん かたくりこ じゃがいも ごま あぶら	ごはん さとう あぶら	ごはん マヨネーズ あぶら さとう
赤	牛乳 なつとう かつおぶし	牛乳 レバー ぶだにく みそ	牛乳 こんぶ あぶらあげ たまご ツナ とうふ みそ だいず あさり	牛乳 きなご かいそう とりにく なまクリーム とうにゅう えび
緑	のぎわな たくあん にんじん ししいだけ きぬさや	しょうが にんじん こまつな もやし とうもろこし たまねぎ ねぎ せとか	にんじん たけのこ きゅうり レタス みつば	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ じゃがいも マッシュルーム しめじ ブロッコリー
E:682kcal P:26.5g	E:628kcal P:23.0g	E:575kcal P:27.7g	E:695kcal P:27.1g	E:657kcal P:30.3g
21 春分の日	22 金子綾那さん献立 ごはん 鶏のから揚げ 栄養たっぷりしょうゆフレんち 旬のたけのこ汁	23 カツカレー (麦ごはん) 紅白サラダ お祝いゼリー	♪これを食べなきゃ卒業できない♪ 6年生の卒業をお祝いして、6年生のリクエスト給食が登場します。リクエストメニューは太字になっています。小学校生活最後の給食をみんなで味わいましょう。	
黄	ごはん かたくりこ あぶら	ごはん むぎ あぶら こむぎこ じゃがいも さとう ごま	ごはん むぎ あぶら こむぎこ	
赤	牛乳 とりにく だいず ハム とうふ みそ	牛乳 ぶだにく とりにく かいそう	牛乳 ぶだにく さとう とりにく かいそう	
緑	しょうが こまつな キャベツ だけのこ にんじん	にんにく しょうが たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり		
E:681kcal P:28.6g	E:745kcal P:26.8g			

※献立は急遽変更する場合がありますので、ご了承ください。

★6年生リクエスト給食 ベスト5★

主食	主菜	副菜	汁もの	デザート	のみもの
1位:あげパン (4人) 2位:ミートソース、ごはん、ビーフカレー(各2人) 5位:ハヤシライス、わかめごはん、そぼろ丼、ナンなど(各1人)	1位:ぎょうざ、からあげ(各3人) 3位:たまご焼き(2人) 4位:白身魚の薬味ソース、ハンバーグ、鮭のみそマヨ焼きなど(各1人)	1位:のりすあえ(6人) 2位:しょうゆフレんち(3人) 3位:じゃがチーズ(2人) 4位:ポテトサラダ、五色あえ、春雨サラダなど(各1人)	1位:卵スープ、豚汁、もずくスープ(各2人) 4位:肉じゃが、シチュー、きのこのシチュー、もち入りすき焼き(各1人)	1位:ゼリー(4人) 2位:オレンジ、くだもの、ヨーグルト、パンナコッタ、ヨーグルトあえ、りんごあめ、ナン(各1人)	1位:のむヨーグルト、オレンジジュース(各4人) 3位:牛乳(3人) 4位:ぶどうジュース、ミックスジュース、茶など(各1人)

☆6年生給食の思い出☆

「千田小の給食が大好きです!」「調理員さんが作ってくれる給食は嫌いなものでもおいしく食べられました」「自分で考えた献立やみそ汁が出てうれしかった」「車ぶを食べていたら歯が抜けた」など思い出がいっぱいありました。



給食だより



令和4年3月
千田小学校

今年度も残りわずかとなりました。1年間の給食をふりかえり、食を通して学んだことを普段の生活に生かしていきましょう。

給食の時間をふりかえろう

できたものには□にチェックを入れて、給食の時間のふりかえりをしましょう。

<input type="checkbox"/> 協力して給食の準備 することができた 	<input type="checkbox"/> 1人分の量をきれいに 盛りつけた 	<input type="checkbox"/> 残さず食べることが できた 
<input type="checkbox"/> バランスのよい食事の とり方がわかった 	<input type="checkbox"/> 地域の地場産物が わかった 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って 食べることができた 

今年度こんな給食&出来事がありました

今年度は、1・2年生が育てた野菜を使った給食や、5年生が考えたみそ汁、6年生が考えた給食などが登場して、工夫いっぱいの給食を作ることができました。千田小の給食は最高だね！



1年生が育てたさつまいもで給食(11月)



5年生が考えたみそ汁(1・2月)



6年生が考えた献立(8~3月)

どれもおいしかったなあ♪



おぢやっ子わくわくメニューが登場(6月~)



県産まだらカツ(6月、7月)



2年生が育てた大根で給食(11月)



本国の料理(11月)



「何がある?2022」(1月)

作ってみよう! 人気の給食メニュー

分量は4人分です

☆じゃがチーズ 8日(火)のメニュー

大人気メニューです。味はチーズ入りのジャーマンポテトといった感じです。

(材料) ・じゃがいも: 3個 ・玉ねぎ: 1/2個 ・ベーコン: 4枚 ・パセリ: 少々 ・チーズ: 60g
・オリーブ油: 小さじ2 ★牛乳: 大さじ1 ★塩・こしょう: 少々

- (作り方) ①じゃがいもは、一口大に切る。じゃがいもはゆでるか、電子レンジで加熱して柔らかくする。玉ねぎは半分に切り薄切り、ベーコンは短冊切り、パセリはみじん切りにする。チーズは1cm角に切る。
- ②フライパンにオリーブ油、ベーコン、玉ねぎを入れて炒める。
- ③玉ねぎに火がとおってしんなりしたら、①のじゃがいもを加え、炒める。
- ④最後にチーズ、★の調味料を加え混ぜ、パセリをちらしたらできあがり。

新型コロナウイルス感染症に伴う給食費の返金について(お知らせ)

連絡を受けた3日後から、連続して6食以上欠食の申し出があった場合、返金となります。該当される方には、児童を通じてお知らせします。なお、学年閉鎖については、6食以上の欠食とならないため、返金はいりません。