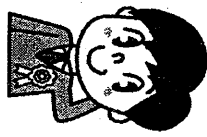
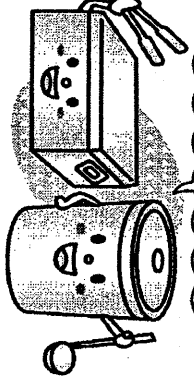


日付 曜日	献立名	主な働きと材料名				エネルギーのもとになる(炭)		栄養価	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	小学校	中学校
7 (火)	麦ごはん 牛乳 ミートボールのデミソース ごまトッピングサラダ あまなつ	ミートボール	牛乳 スキムミルク	にんじん	あまなつ キャベツ どうもろこし	米 じゃがいも	植物油	660	820
8 (水)	コッペリパン 牛乳 コーンクリームソース タンポリーチキン カラコルチー	とり肉 ぶた肉	牛乳 ヨーグルト	にんじん パプリカ	たまねぎ キャベツ じゃがいも にんじん	小麦粉	油	651	813
9 (木)	ごはん 牛乳 けの汁 さばのオイネー炙焼き つわの炒め煮	さば とり肉 ごぼう だいず みそ	牛乳	にんじん	ごぼう しょうが	米 さとう	植物油	642	781
10 (金)	レーズンパン 牛乳 ホトトギスのチーズ焼き ごぼうのねりごまサラダ	さば ごぼう とり肉 だし みそ	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ じゃがいも えだまめ しょうが	レーズンパン じゃがいも 小麦粉	植物油	632	794
13 (月)	ポーケカレーライス 牛乳 コーンサラダ	ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ じゃがいも しょうが	米 もち米 白米 白米 白米	植物油	640	799
14 (火)	赤飯 牛乳 若竹汁 春キャベツとスナップえんどうの炒め物	かまぼこ ぶた肉	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ じゃがいも えだまめ しょうが	赤飯 じゃがいも 小麦粉	植物油	611	750
15 (水)	パイナップル 牛乳 五目うどん だいずと小魚の揚げ煮 キャンチーチーズ	だいず とり肉 油揚げ	牛乳 チーズ にほし	にんじん	たまねぎ しょうが	パイナップル 水あめ 小麦粉	油	628	846
16 (木)	ごはん 牛乳 わらびとだけこのみそ煮 いわしの梅煮 もやしのごま酢和え	いわし あつ揚げ とり肉	牛乳 わかめ	にんじん	たけのこ ごま しょうが	米 じゃがいも	油	633	790
17 (金)	はちみつパン 牛乳 オニオンソース とり肉のトマトソース 春野菜のサラダ	とり肉 小麦粉	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ しょうが	はちみつパン 小麦粉 オニオンソース	油	609	762
20 (月)	麦ごはん 牛乳 とうふだんご汁 豚みそ コロコロきゅうり	とうふ みそ かまぼこ	牛乳	にんじん	きゅうり ふかねぎ しょうが	小麦粉 白玉粉 小麦粉	油	617	770
21 (火)	ごはん 牛乳 新たまねぎのみそ汁 さばのシモンソースかけ 干しだいこんの煮物	さば あつ揚げ みそ	牛乳 わかめ	ねぎ にんじん	たまねぎ しょうが	米 じゃがいも	油	660	792
22 (水)	コッペリパン 牛乳 春キャベツのミルクソース トマトミートオムレツ ほうれん草とコーンのソテー	とり肉 小麦粉	牛乳	ほうれん草 にんじん パセリ	たまねぎ しょうが	小麦粉 小麦粉	油	629	801
23 (木)	ひじきごはん 牛乳 とり汁 ポテトサラダ マヨネーズ	ひじき とり肉 ぶた肉	牛乳 わかめ	にんじん	きゅうり ふかねぎ しょうが	米 じゃがいも	油	615	761
24 (金)	黒ごとうパン 牛乳 スパゲッティミートソース だいずサラダ オレソジ	だいず あひび き肉	牛乳 チーズ わかめ	にんじん	たまねぎ しょうが	黒ごとうパン 小麦粉 小麦粉	油	658	883
27 (月)	ごはん 牛乳 肉じゃが ごまめ 野菜のアーモンド和え	ぶた肉	牛乳 にほし	にんじん	たまねぎ しょうが	米 さとう	油	614	766
28 (火)	麦ごはん 牛乳 とうふとほくさいの中華煮 春巻き ミートマト	とうふ 小麦粉 春巻き	牛乳	ミートマト にんじん	たまねぎ しょうが	小麦粉 小麦粉	油	697	887
30 (木)	そぼろ丼 牛乳 ぶた汁 コルムソース	ぶた肉 小麦粉 卵 あつ揚げ みそ	牛乳	にんじん	たまねぎ しょうが	米 小麦粉 小麦粉	油	668	819
								25.1	30

学校給食おめでとうございます



ピカピカの新生を迎えて、新しい1年が始まりました。今までの環境が変わり、期待ややる気に満ちている半面、知らず知らずのうちに、ストレスや疲れをためやすい時期です。
元気に学校生活を送れるように、1日3回の食事と、睡眠をきちんとする習慣をつけましょう。
学校給食では、安全や衛生に配慮し、栄養バランスのとれた食事を提供することで成長期の子どもの心と体の発達を支えています。1年間よろしくお願ひいたします。



おいしい給食をお届けします

今月の平戸産



米、ひらどロマン、たまねぎ、じゃがいも、ねぎ、つわ、わらび、たけのこ、スナップえんどう、アスパラガス、ミニトマト、あまなつ
給食では、地産地消・県産品使用を推進しています！

< 献立について >

- 8日： 中学1年生給食開始
- 13日： 小学1年生給食開始
- 14日： 進級・入学お祝い給食…… 赤飯
- 20日： 毎月19日は食育の日です。食育の日は、全国の郷土料理を給食に取り入れ、学校にはくばく通信を配布して紹介をしています。今月は、鹿児島県の郷土料理の『豚みそ』です。
- 23日： 昨年度の平戸小学校6年生 家庭科 給食献立コンテスト入選 下道結愛さん考案給食『平戸の食材を使ったピタミアタつぷり給食』

令和2年度の給食費は、
小学生 月額 4,300円
中学生 月額 5,000円 です。

みなさまからお預かりした給食費は、全額を食材料費として使っております。納付期限を守ってお支払いいただけますようお願いいたします。なお、給食費納入につきましては、後日ご家庭に発送いたします。届きましたら、必ずご確認ください。給食費の納入は、口座振替のみとなります。口座振替の手続がまだお済みでない方は、市内の金融機関にて口座振替の手続きをお願いします。(5月～3月までの11か月間引き落としをおこないます。)