

# 4月 \* 給食だより \*

※牛乳は毎日つきます。

※献立は物資の都合により変更することがあります。

鳥海学校給食センター

月

火

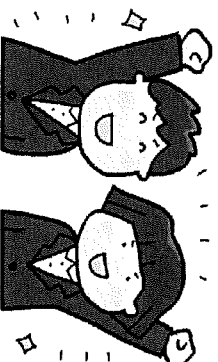
水

木

金

## ご入学・ご進級おめでとうございませう

小学校・中学校時代は体がぐんと成長し、大人へと近づく時期です。みなさんに残さず食べてもらうことで給食で成長のお手伝いをすることができます。おいしい給食を食べてじょうぶな心と体をつくりましょう。



5日  
おほろごはん  
花ふとわかめのスープ  
さくらゼリー

823kcal

8日  
ごはん 915kcal

とじ肉のから揚げ  
ナタリ  
かき玉汁

9日  
ごはん 784kcal

さほのみぞ煮  
きりほし大根の炒め煮  
こまつなのみぞ汁

10日  
ごはん 765kcal

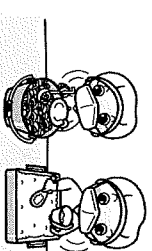
ぎょうざ  
ぶた肉とキャベツのみぞ炒め  
わかめのみぞ汁

11日  
ごはん 808kcal

とじ肉のてり焼き  
さんぴらごぼう  
もずくスープ

12日  
ポークカレー 979kcal

フルーツポンチ



15日  
ごはん 802kcal

ハンバーガー(トマトソース)  
野菜スープ

16日  
チキンライスの  
ホワイトソースかけ  
カラフルサラダ

17日  
肉うどん  
ちくわと野菜の  
香し揚げ  
ヨーグルト

18日  
ごはん 822kcal

白身魚のフライ  
ひじきの炒め煮  
ごま汁

19日  
焼き肉丼 825kcal  
元氣サラダ  
わかめスープ  
オレンジゼリー

中学校春季大会  
応援メニュー

22日  
振替休業日



23日  
ごはん 820kcal

ちくわの天ぷら  
たくあんあえ  
肉じゃが

24日  
まるパン 796kcal

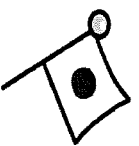
とじ肉のハーブ焼き  
ツナサラダ  
ミネストローネ

25日  
だけのごはん 774kcal

肉だんご  
ごまあえ  
けんちん汁  
果物(いちご)

26日  
ソーホーどうぶつ丼 758kcal  
春雨サラダ

29日  
昭和の白



30日  
ドライカレー 896kcal

さいころサラダ



食事マナーは、相手への思いやりの気持ち  
があらわれたものです。食事の場が楽しい雰囲気  
になるようにみんなですっ飛ばしましょう。

## 給食当番の身支度

<給食当番>

エプロン・帽子(三角巾)・マスクは個人持ちです。

爪 きれいに洗った手。爪は短く!

帽子(三角巾) できるだけ髪が出ないように。

マスク きちんと鼻と口をおおう。

エプロン 清潔なもの。汚したら随時洗ってくる。

茶わんや汁わんは手に持って食べよう

好きならいをしなくて 食べよう

食事中にきたない話は やめよう

口に食べ物を入れたまま 話さないようにしましょう

よくかんで楽しく 食べよう

## <学校栄養士>

高橋文子

<調理員>

佐藤智子 佐藤千秋 佐藤鈴子

わたしたちが 作っています

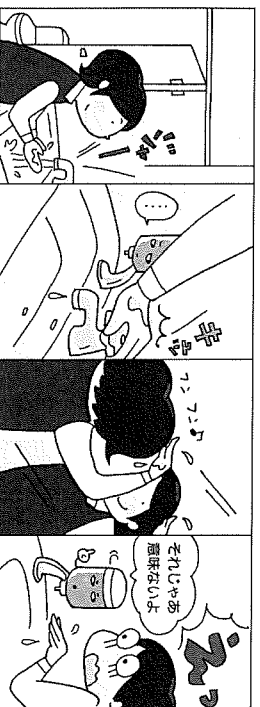


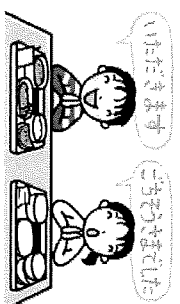
力を合わせて安全でおいしい給食を 作ります。よろしくお願いします。

手をふくのは

タオルかハンカチで

手洗いの後に髪の毛や服を触ったら、手洗いの効果がありません。手洗いの後は、清潔なタオルでふきましょう。





# 4月 \* 給食だより \*

※牛乳は毎日つきます。

※献立は物資の都合により変更することがあります。

鳥海学校給食センター

月

火

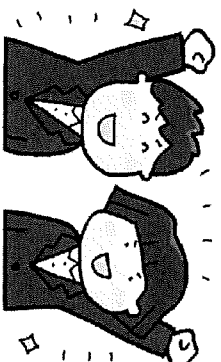
水

木

金

## ご入学・ご進級おめでとうございませす

小学校・中学校時代は体がぐんと成長し、大人へと近づく時期です。みなさんに残さず食べてもらうことで給食で成長のお手伝いをすることができます。おいしい給食を食べてじょうぶな心と体をつくりましょう。



5日  
おほろごはん  
花ふとわかめのスープ  
さくらゼリー

8日  
ごはん 915kcal

とじ肉のから揚げ  
ナマリ  
かき玉汁

9日  
ごはん 784kcal

さばのみそ煮  
きりほし大根の炒め煮  
こまつなのみそ汁

10日  
ごはん 765kcal

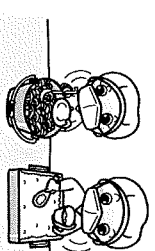
ぎょうざ  
ぶた肉とキャベツの  
みそ炒め  
わかめのみそ汁

11日  
ごはん 808kcal

とじ肉のてり焼き  
さんぴらごはん  
もずくスープ

12日  
ポークカレー 979kcal

フルーツポンチ



15日  
ごはん 802kcal

ハンバーガー(トマトソース)  
野菜スープ

16日  
チキンライスの  
ホyaitソースかけ  
カラフルサラダ

17日  
肉うどん  
ちくわと野菜の  
香し揚げ  
ヨーグルト

18日  
ごはん 822kcal

白身魚のフライ  
ひじきの炒め煮  
ごま汁

19日  
焼き肉丼 中学校春季大会  
応援メニュー  
825kcal

元氣サラダ  
わかめスープ  
オレンジゼリー

22日  
振替休業日



23日  
ごはん 820kcal

ちくわの天ぷら  
たくあんあえ  
肉じゃが

24日  
まるパン  
とじ肉のハーブ焼き  
ツナサラダ  
ミネストローネ

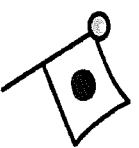
25日  
だけのごはん 774kcal

肉だんご  
ごまあえ  
けんちん汁  
果物(いちご)

26日  
ソーホーどうぶつ丼 758kcal

春雨サラダ

29日  
昭和の白



30日  
ドライカレー 896kcal

さいころサラダ



食事マナーは、相手への思いやりの気持ち  
があらわれたものです。食事の場が楽しい雰  
囲気になるようにみんなが工夫しましょう。

## 給食当番の身支度

<給食当番>

エプロン・帽子(三角巾)・マスクは個人持ちです。

爪  
きれいに洗った手。爪は短く!

帽子(三角巾)  
できるだけ髪が出ないように。

マスク  
きちんと鼻と口をおおう。

エプロン  
清潔なもの。汚したら随時洗ってくる。

## 給食時間の約束

茶わんや汁わんは手に  
持って食べよう

好きないをしないで  
食べよう

口に食べ物を入れたまま  
話さないようにしましょう

食べている途中で立ち  
歩かないようにしましょう

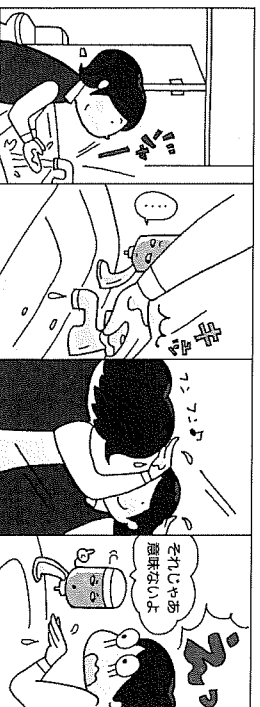
食事中にきたない話は  
やめよう

よくかんで楽しく  
食べよう

手をふくのは

タオルかハンカチで

手洗いの後に髪の毛や服を触ったら、手洗いの効果がありません。手洗いの後は、清潔なタオルでふきましょう。



<学校栄養士>

高橋文子

<調理員>

佐藤智子 佐藤千秋 佐藤鈴子

わたしたちが  
作っています



力を合わせて安全でおいしい給食を作ります。よろしくお願いします。