



給食センターのホームページのQRコードです。ぜひご覧ください。

*食材等の都合で献立を変更することがあります。

月目標：給食のきまりを守って、楽しい食事にしよう

日曜日	主食	牛乳	汁もの・主菜・副菜・くだもの等	れんらく こんだてメモ	食品名						栄養価							
					赤の食品 体をつくるものになる		緑の食品 体の調子をととのえる		黄色の食品 エネルギーのもとになる		エネルギー kcal	たんぱく質 g						
					1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群			脂質 g	塩相当量 g				
5 金	丸パン	MILK	ABCスープ 手作りハンバーグ グリーンサラダ	令和6年度初日の給食は、手作りハンバーグをお届けします。丸パンには喜んで、大きな口でガブリとどうぞ。	ベーコン ぶたにく とりにく とうふ	ぎゅうにゅう 牛乳・乳製品 小魚・海そう	にんじん その他の野菜 緑黄色野菜	たまねぎ はくさい えのきごおり キャベツ きゅうり だいこん	まるパン マカロニ パンこ さとう	こめあぶら ごま油・種実	598	728	28.6	33.9	23.9	27.8	3.1	3.7
8 月	ごはん	MILK	さつまい さばのみそだれ 切干大根の煮物	グツと和食の献立は、心が落ち着きますね。白いごはんとの相性もバッチリです。	とりにく みそ さば あぶらあげ さつまあげ	ぎゅうにゅう さつまいも	にんじん だいこん こんにやく しょうが ながねぎ きりぼしだいこん しいたけ	こめ おおむぎ さつまいも さとう でんぶん	こめあぶら	641	781	29.3	34.4	20.8	23.6	2.6	3.0	
9 火	ごはん	MILK	ふとわかめのみそ汁 豚丼の具 じゃこサラダ	長野県産の豚肉で作る人気の豚丼の具です。ごはんにのせてもりもり食べましょう。	みそ ぶたにく かつおぶし	ぎゅうにゅう わかめ こざかな	たまねぎ だいこん えのき はくさい しめじ しらたき キャベツ きゅうり	こめ おおむぎ さとう	こめあぶら	536	655	24.9	28.9	14.9	16.3	2.8	3.3	
10 水	黒糖パン	MILK	春雨スープ ポテトとウィンナーの青のり風味 ツナサラダ	鶏ガラを朝からじっくり煮出してとっただしで作る春雨スープは、本格的なおいしさですよ。	ぶたにく ウィンナー ツナ	ぎゅうにゅう あおのり	にんじん たまねぎ しょうが はくさい ながねぎ キャベツ きゅうり	こくとうパン はるさめ じゃがいも さとう	ひまわりあぶら	660	800	23.8	28.1	27.3	31.8	3.2	4.2	
11 木	ちらし寿司	MILK	祝いなるのおいしいもの 鶏肉のから揚げ 磯香あえ お祝いデザート	入学進級お祝い献立 入学進級おめでとうございます。 お祝いの気持ちをこめた給食をお届けします。	なると とうふ とりにく	ぎゅうにゅう のり	にんじん ほうれんそう たまねぎ えのき はくさい しょうが にんにく キャベツ もやし	こめ おおむぎ でんぶん デザート	ひまわりあぶら	602	722	26.5	31.0	17.7	19.5	3.3	3.8	
12 金	ミニ コッパン	MILK	せん切り野菜のスープ ミートソースパンネ フルーツポンチ	ペン先の形のマカロニを豚ひき肉と野菜で作ったコクのあるミートソースで和えます。	ベーコン ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ えのき はくさい にんにく みかんかん ももかん パインかん	コッパン マカロニ ナタデココ ゼリー	こめあぶら	585	667	22.1	24.7	16.7	18.5	2.8	3.3	
15 月	ごはん	MILK	マーボー豆腐 蒸しぎょうざ (2個)・酢じょうゆ 春雨サラダ	人気の中華メニュー。給食のマーボー豆腐は、野菜をたっぷり加え、マイルドに仕上げています。	ぶたにく とうふ みそ ぎょうざ	ぎゅうにゅう	にんじん にら たまねぎ しいたけ たけのこ キャベツ きゅうり	こめ おおむぎ でんぶん はるさめ さとう	こめあぶら	628	776	27.3	32.0	21.2	24.3	3.0	3.4	
16 火	ごはん (雪白餅)	MILK	きのこ豚汁 にじますの竜田揚げ 野菜漬けあえ	地域食材の日 毎月1回、山ノ内や県内の食材を多く取り入れた地域食材の日を実施します。	ぶたにく とうふ みそ にじます かつおぶし	ぎゅうにゅう しおこんぶ	にんじん こんにやく ながねぎ しょうが キャベツ きゅうり のぎわなづけ	こめ じゃがいも でんぶん	ひまわりあぶら	612	746	30.0	35.3	19.4	21.9	2.4	2.8	
17 水	食パン	MILK	鶏肉と白菜のスープ ジャーマンポテト 大コーンサラダ いちごマーガリン	九州産の新じゃがと炒めたベーコン・玉ねぎで作るジャーマンポテトのかくし味は、黒こしですよ。	とりにく いとかもまほこ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ えのき はくさい にんにく だいこん キャベツ きゅうり コーン	しょくパン じゃがいも さとう いちごジャム	こめあぶら マーガリン	562	676	24.2	28.7	18.7	20.8	3.3	3.9	
18 木	ごはん	MILK	ポークカレー ツナとスパゲティのサラダ カラマンダリン	給食センターのカレーは、ルウから手作りにしています。まろやかな特製カレーを味わってください。	ぶたにく ツナ	ぎゅうにゅう スキムミルク	にんじん しょうが にんにく たまねぎ りんご キャベツ きゅうり カラマンダリン	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ スパゲティ	こめあぶら バター	617	747	20.9	24.2	19.0	21.4	1.9	2.3	
19 金	米粉パン	MILK	ワンダンスープ 鶏肉のオニオンソース 切干大根のマヨサラダ	米粉パンは、長野県産の米を粉にした米粉で作られています。食感がモチモチしていて、おいしいですよ。	ぶたにく とりにく サラダチキン	ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ しいたけ もやし ながねぎ にんにく キャベツ きゅうり きりぼしだいこん	こめこパン ワンタン さとう でんぶん	アイegg マネース	639	725	31.7	35.9	20.5	22.8	3.2	3.7	

入学・進級おめでとう

うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新人生を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新たな生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。

今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひ致します。



毎月の献立表やホームページをご覧ください！

毎月配布している献立表には、献立名や使用している食材、食育に関する内容、給食レシピなどを掲載しています。また、学校給食センターのホームページでは、給食献立の写真やおたよりを公開しています。このおたより上の部分のQRコードを読み取り、ぜひアクセスしてみてください。



学校給食センターでは、約680人分の給食を、所長、栄養教諭(栄養士)、食物アレルギー担当栄養士、調理員10名、運動手3名で、「おいしく栄養バランスよく、安心安全な給食」を目標に心をこめて調理しお届けします。よろしくお願ひいたします。

