

月 	火 	水 	木 	金 
<h2 style="color: red;">春休み</h2> <p>*給食を配膳する時は、マスクをつけます。 *エプロン三角巾とマスクはセットで持ってくるようにしましょう。 *給食用の袋にマスクを複数入れておくと忘れたときも安心です。 *ご協力よろしくをお願いします。</p>				
		 	 <p>*牛乳は毎日つきます。 *行事等により変更になることもあります。ご了承下さい。</p>	<p>月平均栄養価 エネルギー654kcal たん白質21.8g 脂質18.3g 炭水化物82.9g 食塩2.7g</p>
			<p>きいろのなかま あかのなかま みどりのなかま</p>	<p>ねつやちからのもとになるもの からだをつくるもとになるもの からだのちょうしをととのえるもの</p>
8	9	10 <span style="color: blue;">[1年生は給食ありません]</span>	11 <span style="color: blue;">[1年生は給食ありません]</span>	12 <span style="color: blue;">[1年生は給食ありません]</span>
<h2 style="color: red;">始業式</h2> <p style="border: 1px dashed red; padding: 2px;">給食はありません。</p>	<h2 style="color: green;">入学式</h2> <p style="border: 1px dashed red; padding: 2px;">給食はありません。</p>	<p>ごはん・やさいふりかけ にくじゃが えのきとほうれんそうの みそしる </p> <p>566kcal たんぱく質22.7g</p> <p>おおむぎいりごはん、いも</p> <p>ぶたにく、えだまめ、さつまあげ たまねぎ、にんじん、やさいふりかけ、えのき、ほうれんそう</p>	<p>ちゅうかどん タンメンスープ </p> <p>646kcal たんぱく質21.0g</p> <p>おおむぎいりごはん、タンメン</p> <p>ぶたにく、いか、なると ほししいたけ、たけのこ、はくさい、たまねぎ、にんじん、しょうが、ながねぎ</p>	<p>ソフトフランスうずまきパン とりのてりやき キャバツサラダ  マカロニスープ ハスカップゼリー</p> <p>627kcal たんぱく質23.1g</p> <p>ソフトフランスパン、マカロニ、ハスカップゼリー</p> <p>とりにく、ベーコン</p> <p>キャバツ、きゅうり、にんじん、たまねぎ</p>
15 <span style="color: blue;">1ねんせい きゅうしよくかいし</span>	16 	17	18	19
<p>ハンバーグカレー おいわいゼリー </p> <p>693kcal たんぱく質22.6g</p> <p>おおむぎいりごはん、いも、おいわいゼリー</p> <p>ぶたにく、ぎゅうにゅう、ハンバーグ、チーズ</p> <p>たまねぎ、にんじん、りんご、にんにく</p>	<p>ごはん さばのみそに きりぼしだいこんごま あえ  なめことねぎのみそしる</p> <p>590kcal たんぱく質23.6g</p> <p>おおむぎいりごはん、ごま</p> <p>さばのみそに きりぼしだいこん、ほうれんそう、にんじん、なめこ、ながねぎ</p>	<p>ごはん だいこんのそぼろに さんしょくつみれとねぎ のみそしる </p> <p>520kcal たんぱく質19.9g</p> <p>おおむぎいりごはん</p> <p>やさしいりすりみボール、えだまめ、ぶたにく</p> <p>だいこん、にんじん、ほししいたけ、ながねぎ</p>	<p>かきあげどん ちゃんこじる </p> <p>580kcal たんぱく質18.2g</p> <p>おおむぎいりごはん</p> <p>やさいかきあげ、あげ、とりにく</p> <p>キャバツ、にら、ほうれんそう、しめじ</p>	<p>あげパン ポトフ  ぶどうゼリー</p> <p>578kcal たんぱく質14.8g</p> <p>バターパン、いも、ぶどうゼリー、せいかわようミルクキャラメル</p> <p>ベーコン</p> <p>たまねぎ、ブロッコリー、にんじん</p>
22	23	24	25	26
<p>ミートソーススパゲティ メープルマフィン </p> <p>631kcal たんぱく質28.7g</p> <p>スパゲティ、メープルマフィン</p> <p>ぶたにく、えだまめ、だいず、チーズ</p> <p>たまねぎ、にんじん、ピーマン、パセリ</p>	<p>ごはん いわしオレンジに しおキャバツ いもだんごじる </p> <p>566kcal たんぱく質21.1g</p> <p>おおむぎいりごはん、ごまあがら、いももち</p> <p>いわしオレンジに、とりにく</p> <p>キャバツ、だいこん、にんじん、ながねぎ</p>	<p>ガパオライス ねぎとわかめのスープ ホロシリぎゅうにゅう </p> <p>629kcal たんぱく質18.8g</p> <p>おおむぎいりごはん</p> <p>ぶたにく、わかめ</p> <p>ながねぎ、ほししいたけ、にんじん、しめじ、ピーマン(あか・みどり)、たまねぎ、にんにく、パジル</p>	<p>わかめごはん すきやきふうに こまつなのみそしる </p> <p>566kcal たんぱく質26.0g</p> <p>おおむぎいりごはん、ごま</p> <p>ぶたにく、わかめ、やきとうふ、あげ</p> <p>えのき、しいたけ、はくさい、ながねぎ、こまつな</p>	<p>ソフトフランスこくとう パン  ポークブラウンシチュー みかんゼリー </p> <p>643kcal たんぱく質23.0g</p> <p>ソフトフランスこくとうパン、いも、みかんゼリー</p> <p>ぶたにく、えだまめ、ぎゅうにゅう、チーズ</p> <p>たまねぎ、にんじん、にんにく</p>
29 	30 	<p><b>家庭・地域・学校の連携で 食育をより豊かなものに！</b></p> <p>子どもたちが、食に対する知識を深めて、日常生活で実践していくためには、家庭と学校が連携して食育に取り組むことが大切になってきます。また、地域のよさを理解してもらうためには、地場産物を給食に取り入れたり、農家や地域の方々との交流を深めたりしていきます。</p> 		
		<p><b>牛乳の栄養</b></p> <p>成長期にとりたい カルシウムがいっぱい</p> <p>牛乳200mL中のカルシウム量は約227mgです。成長期は体をつくるためにカルシウムが必要です。カルシウムが豊富な牛乳は、毎日飲んでほしい食品です。</p>		