

月

火

水

木

金

ご入学・ご進級おめでとうございます



新しい年度になりました。ワクワク、ドキドキしていることでしょう。給食では、みなさんの心と体の健やかな成長を支えていきたいと思ひます。楽しみにしててください！

偏りなくとみましょう 3つの食品グループ

熱やかになるもの

血や肉をつくるもの

からだの調子をよくするもの

給食には、三つのグループの食べものが入っています。

食品は含まれている栄養素の働きによって、3つの食品グループに分けることができます。このため、いろいろな食品を組み合わせることで、栄養バランスが良くなります。

バランスよく食べて、元気で健康に新年度をスタートさせましょう！

\* 4月分給食の申込み \*

3月31日(火)まで

※食べる日の7日前(土日祝日除く)の午後1時まで変更が可能です。

\* 給食費の引落日 \*

【5月分】 3月27日(金)



15

ごはん  
豚肉とキャベツのスタミナ炒め  
いかのかりん揚げ  
フルーツ和え  
豆腐スープ  
牛乳

給食が始まります！



16

ゆかりごはん  
鶏肉の塩から揚げ  
じゃがいものそぼろ煮  
春野菜の炒め物  
大根のみそ汁  
牛乳



17

ごはん  
銀鮭の味噌マヨネーズがけ  
じゃがいもとウインナーのカレー炒め  
三色ナムル  
キャベツとベーコンのスープ  
ジョアブレン



20

ごはん  
生揚げと豚肉のごまみそ煮  
鶏ささみの磯辺揚げ  
ニューサマーオレンジ  
わかめスープ  
牛乳



21

ごはん  
ソースとんかつ  
ポイルキャベツ  
切干し大根のサラダ  
揚げボールのてり煮  
さつま汁  
牛乳



22

ごはん  
すき焼き煮  
竹輪の石垣揚げ  
ゆず香和え  
ほうれん草ときくらげのスープ  
牛乳



23

コッペパン ブルーベリージャム  
スパニッシュオムレツ  
ツナの和風パンネ  
花野菜サラダ  
コーンチャウダー  
牛乳



24

たけのこごはん  
さわらの竜田揚げ  
さつまいもと昆布の煮物  
おかか和え  
玉ねぎのみそ汁  
牛乳

旬の味覚を味わおう！



27

ごはん  
肉じゃが  
ごまのり和え  
照り焼き肉団子  
小松菜のみそ汁  
牛乳



28

ごはん  
たら和風ドレッシングがけ  
豚肉と大根のうま煮  
鎌倉産わかめのサラダ  
にら玉スープ  
牛乳



29

鎌倉産のわかめです！



30

ソフトめんカレーソース  
鶏肉の照り焼き  
ゆで野菜のドレッシング和え  
甘辛ポテト  
牛乳



めにソースをかけて食べよう

～春が旬の食材を味わおう！～

食物アレルギー対応食

銀鮭の味噌マヨネーズがけ  
(→銀鮭の味噌漬け焼き)

17

ソースとんかつ  
(→卵抜き)

21

コッペパン・ブルーベリージャム(→ごはん)  
スパニッシュオムレツ(→ミートローフ・卵抜き)  
コーンチャウダー(→スキムミルク・バター・生クリーム抜き)

23

にら玉スープ  
(→にらのスープ・卵抜き)

28

ソフトめんカレーソース  
(→スキムミルク・バター抜き)

30

\* カレンダーマークについて \*

…食物アレルギー対応食を提供する日です。

食物アレルギーに関する情報を表示しています。※飲用乳は除く

- 卵 乳 小麦 そば えび かに 落花生 アーモンド くるみ
- オレンジ キウイフルーツ 牛肉 さけ さば ゼラチン いか ごま
- 大豆 鶏肉 パナナ 豚肉 もも やまいも りんご マカダミアナッツ

給食予約システムはQRコードからアクセスできます

