



| にち | よう | しゅしょく | ぎゅうにゅう | おかず | おもなざいりょう | | |
|----|----|--------|--------|---|---|--|---|
| | | | | | きいろ | あか | みどり |
| | | | | | おもにエネルギーになる | おもにからだをつくる | おもにからだのちようしをととのえる |
| 8 | すい | むぎごはん | | マーボー豆腐、 パンサンスー | こめ さとう むぎ ごまあぶら でんぶん えんどうまめはるさめ | ぎゅうにゅうぶたにく だいちフレック とうふ、 ハム あかみそ | たまねぎ ねぎ にんじん キャベツ しょうが にんにく ほししいたけ きゅうり |
| 9 | もく | しよくパン | | コンソメスープ マカロニグラタン アスパラサラダ いちごジャム | パン さとう じゃがいも マカロニ パター こむぎこ パンこ ドレッシング いちごジャム | ぎゅうにゅう ベーコン とり クリーム チーズ | もやし にんじん マッシュルーム キャベツ たまねぎ きゅうり ほうれんそう とうもろこし アスパラガス |
| 10 | きん | むぎごはん | | ポークカレー フルーツミックス | こめ むぎ じゃがいも カクテルゼリー マスカットゼリー ぶどうゼリー | ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ | にんじん たまねぎ みかん もも パイン りんご トマト にんにく しょうが |
| 13 | げつ | ごはん(減) | | ごもくうどん れんこんいりひらつくね ごまネーズあえ | こめ ごま あぶら うどんめん さとう でんぶん パンこ ノンエッグマヨネーズ | ぎゅうにゅう あぶらあげ とりくにちくわ (だし:いりこ) | にんじん たまねぎ ねぎ ほししいたけ キャベツ きゅうり れんこん しょうが |
| 14 | か | | | | 🌸 にゅうえんしき 🌸 | | |
| 15 | すい | むぎごはん | | じゃがいものみそしる ハンバーグのわふうおろしソース ツナあえ | こめ さとう むぎ じゃがいも でんぶん ごま ごまあぶら | ぎゅうにゅう とうふ、ぶたにく とりにく あぶらあげ ツナ こんぶ わかめ むぎみそ (だし:いりこ) | えのきたけ たまねぎ にんじん ねぎ にんにく だいこん もやし きゅうり りんご |
| 16 | もく | ミルクパン | | コーンクリームスープ チキンナゲット にんじんサラダ | パン さとう あぶら でんぶん じゃがいも パンこ コーンスターチ バター こむぎこ しろいんげんまめ | ぎゅうにゅう だいち とうふ、 とりにく ツナ | にんじん たまねぎ とうもろこし にんにく しめじ パセリ キャベツ |
| 17 | きん | むぎごはん | | わかめスープ ピピンバのぐ ナムル | こめ ごま むぎ ごまあぶら さとう | ぎゅうにゅう とうふ、かまぼこ ぎゅうにゅうぶたにく あかみそ わかめ | にんじん ほうれんそう にんにく しょうが たまねぎ ねぎ しめじ もやし はくさい キムチ とうもろこし |
| 20 | げつ | むぎごはん | | ちゅうかスープ はるまき チンジャオロース | こめ ごまあぶら こむぎこ むぎ あぶら さとう こめこ でんぶん はるさめ | ぎゅうにゅう ベーコン かまぼこ ぶたにく | にんじん たまねぎ キャベツ たけのこ もやし とうもろこし きくらげ ほししいたけ にんにく ピーマン パプリカ しょうが チンゲンサイ |
| 21 | か | こめこパン | | ミートソーススパゲティ ハムとキャベツのサラダ | パン さとう あぶら スパゲティ | ぎゅうにゅう ぎゅうにゅうぶたにく ハム だいちフレック | にんじん たまねぎ しめじ えだまめ きゅうり トマト キャベツ にんにく |
| | | | | 食育わくわくデー【春の食材】 | | | |
| 22 | すい | わかめごはん | | しんじゃがのそぼろに ひじきサラダ | こめ さとう あぶら ノンエッグマヨネーズ むぎ じゃがいも こんにゃく ごま | ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ あつあげ わかめ ひじき | いんげん もやし きゅうり にんじん たまねぎ ほししいたけ とうもろこし しょうが |
| 23 | もく | むぎごはん | | はるさめのねぎごまスープ やきにくふういため ムース | こめ えんどうまめはるさめ むぎ ごまあぶら ごま さとう ムース | ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく あかみそ | にんじん たまねぎ きくらげ しょうが もやし チンゲンサイ ねぎ にんにく キャベツ もやし ピーマン りんご |
| | | | | まごわやさしい給食 | | | |
| 24 | きん | むぎごはん | | かきたまじる ししゃもてんぷら くきわかめのきんぴら | こめ でんぶん むぎ じゃがいも こむぎこ あぶら こんにゃく さとう ごま ごまあぶら | ぎゅうにゅう とうふ、かまぼこ たまご ししゃも くきわかめ ぎゅうにゅう さつまあげ (だし:かつおぶし こんぶ) | にんじん たまねぎ えのきたけ こまつな ごぼう |
| | | | | ふるさとくまさんデー【水俣・芦北】 | | | |
| 27 | げつ | むぎごはん | | ぶたじる たちのおのバーベキューソースがけ サラ玉とあまなつのサラダ | こめ さとういも でんぶん むぎ こんにゃく あぶら さとう | ぎゅうにゅう とうふ、 ぶたにく むぎみそ たちのお チーズ (だし:いりこ) | だいこん ねぎ しょうが にんにく にんじん きゅうり たまねぎ りんご ごぼう あまなつみかん キャベツ |
| | | | | うとんうまかデー【キャベツ】 | | | |
| 28 | か | こくとうパン | | ブラウンシチュー シーザーサラダ クルトン <small>サラダにのせて たべましょう</small> | パン さとう くろざとう ノンエッグマヨネーズ じゃがいも クルトン | ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ハム | にんじん しめじ キャベツ レタス たまねぎ セロリ きゅうり にんにく とうもろこし トマト レモン かじゅう |
| 29 | すい | | | | 🌸 しょうわのひ 🌸 | | |
| 30 | もく | むぎごはん | | おやこどんのぐ ツナとわかめのごまあえ | こめ さとう むぎ でんぶん ごま | ぎゅうにゅう とりにく ちくわ わかめ たまご ツナ (だし:かつおぶし こんぶ) | にんじん たまねぎ ほししいたけ ねぎ こまつな キャベツ |

※献立は都合により変更する場合があります。

※給食の有無は、学校や園の予定により異なります。学校・園から配布される時間割等をご確認ください。

4月の給食目標

旬の食べ物を味わって食べよう



旬の食べ物は、その季節の気候に合っているため、たくさん収穫することができ、安定した価格で手に入ります。また、栄養が豊富で味がよいのも特徴です。給食でも、季節に合わせて旬の食べ物を積極的に取り入れています。

食育わくわくデー【春の食材】

毎月ハイハイナーでは、月のテーマに沿った献立を提供していきます。4月のテーマは「春の食材」です。今が旬の新じゃがいもを使ってそぼろ煮を作ります。新じゃがいもは、皮が薄く、みずみずしくてやわらかいのが特徴です。普通のじゃがいもよりさっぱりした味わいで、素材のおいしさを感じることができます。他にも春キャベツやアスパラガス、新たまねぎなども使います。春の食材を探し、味わって食べよう！

幼稚園
学校給食で学ぶ
7つのこと

給食とおとして
さまざまなことを
学びます。

適切な栄養と味覚で、
豊かな心と心を育む。

食べることの大切さや
喜びを知る。

給食を手本に正しい
食べ方を学ぶ。

毎日の食事について、
自分でも考え、判断して
食べられるようになる。

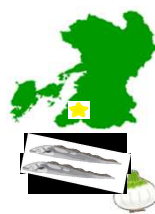
いつも感謝の気持ちをも
って食事をいただくこ
とができる。

他人のことを考えて
思いやり、学校生活を
豊かなものにする。

食を通して地域の伝統
や歴史を学び、食文化
を未来に伝えていく。

ふるさとくまさんデー

熊本県の「おいしい」を紹介しています



ふるさとくまさんデーとは、熊本県内の産物を使った料理や、熊本県の郷土料理や伝統料理を学校給食で紹介する取り組みです。4月は「水俣芦北地区」を紹介します。水俣芦北地区は海に面しているため多くの魚がとれ、その中でも特に太刀魚(たちお)が有名です。また、温暖な水俣芦北地区を中心に栽培が盛んなサラダ玉ねぎも特産の一つです。給食では、「太刀魚のバーベキューソースがけ」と「サラ玉と甘夏サラダ」を作ります。

～宇土のおいしい食べ物を紹介する日～
うとんうまかデー

宇土市のおいしい食べ物を紹介するうとんうまかデーも、5年目を迎えました！4月は網津地区で平尾さんご夫妻が栽培されている「かおるだま(キャベツ)」を使ってシーザーサラダを作ります。うとんうまかデーでは、農家さんに取材したことを動画にまとめ、子どもたちに給食時間に食べながら視聴してもらい、農家さんの大変さや思いに触れる機会を作っています。



生産者の平尾さん(網津地区)