

月	火	水	木	金
<p>ぎょうしゃ はいそう 業者配 送</p> <p>3日:さんしょくだんご 4日:いよかん 11日:ミルクプリン 14日:オレンジゼリー 17日:かいづのいちご 23日:おいおいデザート 24日:すだちゼリー</p>	<p>1</p> <p>きゅうりサラダ チーズオムレツ (わふうドレッシング)</p> <p>むぎごはん ハヤシチュー</p>	<p>2</p> <p>インドのりょうり</p> <p>ひよこめサラダ タンドリーチキン (マヨネーズ)</p> <p>ナン カレースープ</p>	<p>3</p> <p>ひなまつりこんだて</p> <p>さんしょくだんご こまつなのごまあえ さわらのしおやき</p> <p>ちらしずし(きざみのり) はるのかじる</p>	<p>4</p> <p>いよかん</p> <p>ひじきのいために ささみフライ</p> <p>むぎごはん かきたまじる</p>
<p>7</p> <p>さんしょくあえ ししゃものおちやだいずあげ</p> <p>ごもくごはん しんしゅうみそしる</p>	<p>8</p> <p>だいこんサラダ とりにくのからあげと(かんきつドレッシング) れんこんチップス</p> <p>むぎごはん とうふじる</p>	<p>9</p> <p>ドイツのりょうり</p> <p>ジャーマン チーズポテト ハンバーグ</p> <p>コッペパン キャベツスープ</p>	<p>10</p> <p>わけぎのすみそあえ いかのかわりやき</p> <p>むぎごはん おやこどんのぐ(きざみのり)</p>	<p>11</p> <p>ひがしにほんのりょうり</p> <p>ミルクプリン</p> <p>かみかみ ささかまぼこのごぼうサラダ なんぶあげ</p> <p>むぎごはん(いたく) せんべいじる</p>
<p>14</p> <p>ブラジルのりょうり</p> <p>オレンジゼリー</p> <p>ブラジルふう にくじゃが やきソーセージ</p> <p>むぎごはん まめいりやさいスープ</p>	<p>15</p> <p>せんざりポテトサラダ かじきとレバーの(マヨネーズ) ナッツがらめ</p> <p>わかめごはん はるなすのみそしる</p>	<p>16</p> <p>とんかつ(ソース) キャベツソテー</p> <p>まるパン(きりめいり) かぼちゃのとうにゅうクリームスープ</p>	<p>17</p> <p>ぎふけんのりょうり</p> <p>かいづのいちご</p> <p>けいちゃん だいずコロッケ</p> <p>むぎごはん きのこじる</p>	<p>18</p> <p>しょくいくのひ</p> <p>ほうれんそうサラダ(イタリアンドレッシング) メルルーサのハーブやき</p> <p>ソフトめん ミートソース</p>
<p>*ぎゅうにゅう</p> <p>*おうちから せいけつな おはしをもってきましょう。</p>	<p>22</p> <p>ほうさいたいけんメニュー</p> <p>チーズ ひじきのホットサラダ(ごまドレッシング) くだもの</p> <p>アルファかまのごはん ツナカレー</p>	<p>23</p> <p>そつえんおいおいこんだて</p> <p>おいおいデザート</p> <p>じゃがいものえびフライ・タルタルソース にももの</p> <p>むぎごはん さわにわん</p>	<p>24</p> <p>しこくちほうのりょうり</p> <p>すだちゼリー</p> <p>にらりごまあえ じゃこさつまいものかきあげ</p> <p>かつおめし(きざみのり) わかめじる</p>	<p>ぞつえんおめでとー!</p>

☆1ねんをふりかえて ~しょくじのマナーはみにつきましたか?~ ☆

もうすぐ3がっきの「しゅうりょうしき」をおかえます。みなさんはたくさんのおこなうことができるようになったとおもいます。しょくじのマナーについてかくにんしてみましょう。

- しょくじのまえにてをあらっていますか?
- しょくじのまえとあとにあいさつをしていますか?
- みんなといっしょになかよくたべていますか?
- せすじをのばしてたべていますか?
- はしをただしくもってたべていますか?
- よくかんでたべていますか?
- すききらいせすにのこさないでたべていますか?

できるようになったことは、4がつからもつづけましょう。

給食Q&A

Q:「小学校になると、給食の量はどのくらい増えるのですか?」

A:小学校では、牛乳は1パック(200ml)つきます。肉や魚の1切れの大きさが、40gから50gとひとまわり大きくなります。ししゃもやシューマイ、ギョーザなどは、1個から2個づつになります。デザートや添加物(チーズ、のり、ふりかけ、ジャム等)のつく回数が増えます。ドレッシングは1食用がつきます。小学校低学年では、ごはんは10%、パンは20%、その他のおかずは、5%ほど増えます。



こんげつのしゅんのたべもの

🍷	なばな、わけぎ	🍷
🍷	みつば、にら	🍷
🍷	ほうれんそう	🍷
🍷	うど、せり	🍷
🍷	じゃがいも	🍷
🍷	★	🍷
🍷	さわら、わかさぎ	🍷
🍷	たい、あさり	🍷
🍷	★	🍷
🍷	いよかん、はっさく	🍷
🍷	デコポン、いちご	🍷
🍷	きゅうしょくにも、たくさん	🍷
🍷	きせつのだべものが	🍷
🍷	つかわれています。	🍷
🍷	さがしてみましょー!	🍷

🍷...🍷...🍷...🍷...🍷...🍷