

献立名	おもに体をつくる もともになるもの(赤色)	おもに体の調子を整える もともになるもの(緑色)	おもにエネルギーの もともになるもの(黄色)	ひこ
10月 麦ごはん 牛乳 ポークカレー ちょうちょのマカロニサラダ いちごゼリー	牛乳 豚肉 ハム	にんにく たまねぎ にんじん とうもろこし キャベツ きゅうり いちごゼリー(いちご果汁)	米 麦 じゃがいも 油 カレールウ(小麦粉・油) マカロニ マヨネーズ(油) いちごゼリー(さとう)	給食開始
11火 ごはん 牛乳 花型バーグの磯辺揚げ ひじきとベーコンの炒め煮 豆乳みそ汁	牛乳 花型バーグ(とり肉・豆腐・おから) 青のり ひじき ベーコン 油揚げ 豆みそ 白みそ 豆乳	花型バーグ(たまねぎ・にんじん・にんにく・しょうが) たまねぎ むき枝豆 にんじん 大根 ごぼう しめじ 小松菜	米 花型バーグ(でんぷん・さとう・油) てんぷら粉 小麦粉 油 油 さとう 里いも	
12水 春の香りのごはん 牛乳 ホキフライのレモンソースかけ 白菜の赤しそ和え かきたま汁 ヨーグルト	とり肉 牛乳 ホキフライ(ホキ) 卵 かまぼこ 豆腐 わかめ ヨーグルト	にんじん たけのこ ぶき レモン果汁 はくさい きゅうり 赤しそ粉 たまねぎ みつば	米 油 さとう ホキフライ(米粉) 油 さとう でんぷん	
13木 小型ロールパン 牛乳 ペンネマカロニのミートソース 春キャベツのコンソメ煮 紅白ゼリーポンチ	パン(粉乳) 牛乳 豚ひき肉 ウインナー あんじんゼリー(牛乳)	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン トマトピューレ キャベツ とうもろこし ブロッコリー いちごゼリー(いちご果汁) みかん	パン(小麦粉・さとう・油) ペンネマカロニ オリーブ油 デミグラスソース(油・小麦粉) 油 いちごゼリー(さとう) さとう	
14金 ごはん 牛乳 コロッケ 厚揚げと野菜の煮物 磯香和え	牛乳 コロッケ(豚肉・牛肉) とり肉 厚揚げ はんぺん のり	たまねぎ・にんじん・パセリ にんじん 大根 さやいんげん もやし ほうれん草	米 コロッケ(じゃがいも・小麦粉・パン粉) 油 さとう でんぷん さとう	
17月 赤飯 発酵乳(アシドミルク) とり肉のから揚げ キャベツの香り漬け ふのすまし汁	発酵乳(粉乳) とり肉 さくらかまぼこ とうふ わかめ	しょうが キャベツ きゅうり にんじん 大根 えのきたけ みつば	米 もち米 小豆 黒ごま 発酵乳(さとう) でんぷん 油 ごま油 ごま 白玉ふ	入学・進級お祝い 給食
18火 白玉うどん 牛乳 五目うどんの汁 愛知のかき揚げ フルーツくす玉	牛乳 とり肉 油揚げ かまぼこ うすら卵 かき揚げ(大豆) フルーツくす玉	にんじん 白菜 しめじ ねぎ かき揚げ(たまねぎ・れんこん・にんじん・春菊) パインアップル みかん もも レモン果汁	白玉うどん でんぷん かき揚げ(小麦粉・油) 油 くすもち(でんぷん・さとう) さとう	
19水 ごはん 牛乳 えびしゅうまい マーボーどうふ ハンサンスー	牛乳 しゅうまい(えび・たらすりみ) 豆腐 豚肉 豚レバー 豆みそ ハム	しゅうまい(たまねぎ・にんじん) にんにく しょうが にんじん たまねぎ ねぎ きゅうり	米 しゅうまい(小麦粉・さとう・でんぷん・ パン粉・ラード) 油 さとう でんぷん ごま油 春雨 さとう ごま油	今月の野菜 「アスパラガス」 「キャベツ」
20木 ごはん 牛乳 ハッシュドポーク アスパラサラダ 手作りフルーツプリン	牛乳 豚肉 青えんどう豆 ひよこ豆 赤いんげん豆 まぐろ油漬(まぐろ) 牛乳	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマトジュース アスパラガス キャベツ とうもろこし もも	こめ 油 ハヤシルウ(小麦粉・油) デミグラスソース(油・小麦粉) まぐろ油漬(油) ドレッシング(油) プリンの素(さとう)	愛・地産給食
21金 菜めし 牛乳 メバルのしょうゆこうじ焼き じゃがいものマヨネーズ炒め ちゃんこ汁	牛乳 しょうゆこうじ焼き(メバル) ベーコン チキンボール(とり肉) 厚揚げ	菜めしの素(大根の葉) アスパラガス チキンボール(たまねぎ) にんじん しめじ 白菜 ねぎ	米 しょうゆこうじ焼き(さとう) じゃがいも 油 マヨネーズ(油) チキンボール(でんぷん・さとう)	今月の おさかな 「メバル」 「おさかな チャレンジデー」
24月 ごはん 牛乳 まぐろと大豆のマリナラソース和え 切干し大根のごま酢和え 春野菜のみそ汁	牛乳 まぐろ 大豆 ハム 油揚げ 白みそ	しょうが 切干し大根 にんじん 小松菜 キャベツ たけのこ えのきたけ さやえんどう	米 でんぷん 油 さとう ごま さとう じゃがいも	「おはし チャレンジデー」
25火 シナモン揚げパン 牛乳 とり肉とチンゲン菜のクリームシチュー 春キャベツのサラダ	ミルクロールパン(粉乳) 牛乳 とり肉 牛乳 豆乳 まぐろ油漬(まぐろ)	にんじん たまねぎ チンゲン菜 キャベツ とうもろこし スナッペン	米 ミルクロールパン(小麦粉・さとう・ 油) 油 さとう マカロニ バター 小麦粉 まぐろ油漬(油) ドレッシング(油)	「つまむ」 マリナラソース 和えのまぐろや 大豆を、はして つまんで食べ ましょう。
26水 ごはん 牛乳 ぶりのみりん焼き 新じゃがいものうま煮 たくあん和え オレンジ	牛乳 みりん焼き(ぶり) 豚肉 竹輪 厚揚げ 麦みそ	みりん焼き(しょうが) にんじん たまねぎ さやいんげん きゅうり たくあん漬 オレンジ	米 みりん焼き(さとう・でんぷん) じゃがいも さとう ごま	
27木 ごはん 牛乳 チキン南蛮 塩昆布和え 麦みそ汁	牛乳 とり肉 卵 塩昆布 厚揚げ 麦みそ	しょうが にんにく ねぎ 白菜 きゅうり にんじん 大根 えのきたけ 小松菜	米 でんぷん 油 さとう マヨネーズ(油)	郷土料理献立 「宮崎県」 「チキン南蛮」
28金 ごはん 牛乳 ピビンバ わかめスープ 三色団子	牛乳 牛肉 豆みそ 錦糸卵(卵) とりひき肉 わかめ	にんにく もやし ほうれん草 にんじん たまねぎ たけのこ 白菜 ねぎ	米 さとう ごま油 錦糸卵(油) 春雨 三色団子(米粉・さとう)	

(今月の平均栄養価) エネルギー773kcal、たんぱく質15.4%、脂質26.7%

十四山西部小学校の給食について 毎月の取り組みを紹介します。5月からはセレクト給食も実施します。

「おはしチャレンジデー」
おはしを上手に使う献立が登場します。「つまむ」「くるむ」「まぜる」「はさむ」「切る」などの使い方を挑戦します。

「おさかなチャレンジデー」
献立に取り入れたお魚のクイズや豆知識をお知らせします。お魚について、おいしく楽しく勉強しましょう。

「郷土料理献立」
全国の郷土料理を、献立に取り入れます。それぞれの地域で、昔から食べられている料理を味わって食べてください。

「愛・地産給食」
海部地域をはじめとした愛知県産の野菜を給食に取り入れます。地元の新鮮な野菜を味わって食べてください。

4月9日(日)は、愛知県議会議員一般選挙です。
(弥富市選挙管理委員会事務局)
「どうする愛知」その一票に 託す意志

【お知らせ】給食の停止ができる場合について
出席停止や入院等で長期の欠食(土日、祝日を含まず連続5日以上)が見込まれる場合、欠食扱いとして、給食費を返金することができます。(返金は年度末に調整) ただし食材の発注の都合上、連絡日の3日後から欠食扱いの対応とさせていただきますので、学校への速やかな連絡にご協力いただきますよう、お願いします。

※献立は都合により変更する場合があります。