



| 日 | 曜 | 主食 | 牛乳 | おかず | 献立や食品のメッセージ | 家庭で食べて もらいたい 食品 | おやつ |
|----|---|-------|----|---|---|-----------------------|-----------------------------------|
| 6 | 月 | ごはん | | 和風豆腐ハンバーグ ツナと白菜のサラダ(ドレッシング) じゃがいもと油揚げのみそ汁 | <今年度の給食スタートです!> 今年度も「主食・主菜・副菜」の整った 栄養バランスの良い給食をお届けします。 赤…血や肉になります(魚、肉、卵、豆腐など) 黄…働く力のもとになります 緑…体の調子を整えます(野菜、果物など) | 魚介類 きのこ類 | アンパンマン揚げせんべい 野菜生活(緑) |
| 7 | 火 | ごはん | | 豚肉のしょうが炒め キャベツの和風サラダ(ドレッシング) 具だくさん汁 | | 小魚 種実類 | お祝いクレープ きになる野菜 (アップル&キャロット) |
| 8 | 水 | ロールパン | | フランクフルトソテー イタリアンサラダ かぶり入りSDGsスープ | <SDGs> SDGsの目標の一つに『つくる責任 つかう責任』というものがああります。 8日の「かぶり入りSDGsスープ」では、普段捨てられがちな、 かぶの皮や葉、人参も皮付きで使用しました。 「食品ロス削減」に阿見町の給食でも取り組んでいます。 | 海藻類 いも類 | のおヨーグルト バナナ |
| 9 | 木 | ごはん | | 鶏肉の塩こうじ焼き ハムサラダ 豚汁 | | 魚介類 種実類 | 豆乳プリン ソフトサラダせんべい |
| 10 | 金 | ごはん | | ★かつおカツ もやしのごま和え ほうとう汁 | <町内小中学校のみなさんから 応募していただいたメニューを取り入れています> 阿見町では、「みんなで考えよう!学校給食レシピ募集」と題して、町内の 小中学校の児童生徒のみなさんからの「地産地消」を取り入れた給食献 立を募集し、昨年度もたくさんの応募をいただきました。 13日は「鶏ひき肉と大根のどろみスープ」が登場です。 | 卵類 果物類 | 星たべよ ジョア(プレーン) |
| 13 | 月 | ごはん | | さんまのしょうが煮 りっちゃんサラダ 鶏ひき肉と大根のどろみスープ | | 乳類 きのこ類 | ガトーショコラ 野菜生活(黄) |
| 14 | 火 | ごはん | | ポークカレー ★豆乳コロッケ パンパンジーサラダ | <給食の特徴> 給食の特徴のひとつは、「大勢の人といっしょに食べる」ことでしょう。給食 が「食事のマナー」や「すきらしい克服」など様々な学びの場になれば 幸いです。 | 魚介類 海藻類 | さくらゼリー おっとと |
| 15 | 水 | 中華めん | | みそラーメンスープ キャベツとツナのめんつゆ和え ヨーグルト | | 小魚 種実類 | バナナのスティックケーキ 野菜生活(紫) |
| 16 | 木 | ごはん | | ハンバーグおろしソース いろどり和風サラダ(ドレッシング) お祝いすまし汁 | ○○○入所・進級おめでとう献立(16日)○○○ 新しい環境でがんばるみなさんを応援する気持ちを込めて お祝い献立を用意しました。給食ではその月に合わせた行事食を 取り入れていきますので注目してください。 | いも類 果物類 | お祝いケーキ(いちご) 新潟仕込み(塩味) |
| 17 | 金 | ごはん | | 中華丼の具 春巻き ブロッコリーの中華サラダ | | 卵類 小魚 | ハッピーターン 野菜&フルーツジュース |
| 20 | 月 | ごはん | | ★白身魚フライ のり酢和え 野菜沢山とりがらスープ | <リクエスト献立> 阿見町には、小学校が7校・中学校が3校あります。 リクエスト献立は、各学校が工夫を凝らして考えてくれています。人気メ ニューが登場していますので、楽しみにしてください。 <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;"> ★★阿見小学校リクエスト献立★★ </div> | 肉類 いも類 | 型抜きチーズ りんごジュース |
| 21 | 火 | ごはん | | スタミナ焼肉 もやしのナムル アルファベットスープ | | 豆類 海藻類 | ミニエクレア 野菜生活(緑) |
| 22 | 水 | ロールパン | | ハンバーグトマトソース かにかまサラダ コーンポタージュ | <地産地消を大切にしています> 給食センターでは季節に合わせた阿見町産や茨城県産の食材を できるだけ献立に使用するよう心がけています。 23日は「おいしい阿見発見～たけのこ」 です。とれたての阿見町産たけのこを使って、小中学校生が考えてくれた 「あっさり春のたけのこスープ」が登場です。 | 種実類 卵類 | スイートポテト きになる野菜 (白ぶどう) |
| 23 | 木 | ごはん | | 鶏肉のバーベキューソース もやしとハムサラダ あっさり春のたけのこスープ | | 魚介類 きのこ類 | たまごプリン ばかうけ |
| 24 | 金 | ごはん | | マーボー豆腐 ◎シューマイ(2個) 春キャベツの中華和え | <献立について> 阿見町学校給食センターでは、保育所3カ所、小学校7校、 中学校3校合わせて約4500人分の給食を作っています。 保育所の献立も基本は小中学校と同じですが、カレーの スパイスやマーボー豆腐の豆板醤を除くなど、 様々なアレンジをしてお届けします。 | 小魚 海藻類 | もものタルト 麦茶 |
| 27 | 月 | ごはん | | ハヤシライス チーズサラダ 冷凍パイ | | 魚介類 種実類 | アンパンマンソフトせんべい りんごのジュレ |
| 28 | 火 | ごはん | | 赤魚の西京焼き 鶏ささみのさっぱりサラダ けんちん汁 | <日本食べ物紀行～長野県～(30日)> 給食では、「日本」や「世界」の特産物や食文化を紹介する目的で 「食べ物紀行」を献立に入れています。 今月は長野県がテーマです。 おぶっこは、季節の野菜とひらたい麺をみそ味で煮込んだ 長野県の郷土料理です。 | きのこ類 海藻類 | 純米せんべい カスタードプリン |
| 30 | 木 | ごはん | | 豚肉の中華炒め おぶっこ(みそ煮込みうどん) りんごゼリー | | 魚介類 いも類 | 1才からのかっぱえびせん ジョア(ストロベリー) |

※材料の都合により、献立内容が変更になる場合もあります。

★ ソース ◎ しょうゆ

ご入所・ご進級おめでとうございます。
給食センター職員一同、安心・安全な
給食作りに努めてまいります。
1年間よろしくお願ひいたします。

1日、2日、3日のおやつ

1日(水) 100ml牛乳・源氏パイ・純米せんべい

2日(木) 100ml牛乳・アンパンマンビスケット・ばかうけ

3日(金) 100ml牛乳・たべっこBABY・ハッピーターン