

# 令和3年度 4月分献立表 (小学校)

筑紫野市学校給食共同調理場

| 月   | 火   | 水  | 木   | 金   |
|---|---|--|---|---|
| <p>食について考えよう！毎月19日は食育の日</p> <p><b>朝食を食べて3つのスイッチ ON</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p><b>頭</b></p>  <p>脳を働かせるために必要なブドウ糖を補給し、朝から脳を元気に動かします。</p> <p>お勤めの食材<br/>ごはん・パン・麺など</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p><b>体</b></p>  <p>寝ている間に下がった体温を上げて、体全体を目覚めさせます。</p> <p>お勤めの食材<br/>肉・魚・卵・大豆製品など</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p><b>お腹</b></p>  <p>胃腸を刺激し、便通を良くします。</p> <p>お勤めの食材<br/>野菜・きのこ・果物など</p> </div> </div> |   |  | <p>8</p> <p>麦ご飯<br/>じゃが芋のそぼろ煮<br/>きびなごカリカリフライ<br/>菜の花のおかか和え</p>   | <p>9</p> <p>麦ご飯<br/>いかん汁<br/>チキン南蛮<br/>(一食ノンエッグマヨネーズ)<br/>切干大根の煮付け<br/>日向夏ゼリー<br/><b>【郷土料理:宮崎県】</b></p> |
| <p>12</p> <p>麦ご飯<br/>麻婆豆腐<br/>焼き春巻き<br/>中華サラダ</p>   | <p>13</p> <p>入学式</p>  | <p>14</p> <p>ぶどう食パン<br/>ポテトスープ<br/>ししゃもフライ<br/>アスパラガスサラダ</p>                         | <p>15</p> <p>麦ご飯<br/>みそ汁<br/>鶏の和風レモンソース煮<br/>たけのこの土佐煮</p>   | <p>16</p> <p>麦ご飯<br/>厚揚げとじゃが芋のうま煮<br/>マヨいりこ<br/>海藻サラダ<br/><b>【鉄人献立】</b></p>                             |
| <p>19</p> <p>わかめ麦ご飯<br/>きつねうどん<br/>(うどん 油揚げ)<br/>ブロッコリーのごまみそ和え</p>  | <p>20</p> <p>チキンカレー(麦ご飯)<br/>福神漬<br/>フルーツミックス<br/><b>【1年生給食開始】</b></p>                                  | <p>21</p> <p>食パン<br/>スパゲッティミートソース<br/>ほうれん草のサラダ<br/>カトリりんご</p>                       | <p>22</p> <p>麦ご飯<br/>春雨スープ<br/>ホキの大豆がらめ<br/>アスパラガスのごま酢和え</p>  | <p>23</p> <p>麦ご飯<br/>みそ汁<br/>ハンバーグケチャップソース<br/>春野菜の炒め物<br/><b>【ファイバー献立】</b></p>                         |
| <p>26</p> <p>麦ご飯<br/>つみれ汁<br/>メンチカツ<br/>ひじきの煮物</p>  | <p>27</p> <p>麦ご飯<br/>みそ汁<br/>鯖のごまソースかけ<br/>小松菜の和え物<br/><b>【和食の日】</b></p>                                | <p>28</p> <p>ワンローフパン<br/>ポークビーンズ<br/>キャベツのソテー<br/>カトリりんご<br/><b>【地場産献立:キャベツ】</b></p> | <p>29</p> <p>昭和の日</p>  | <p>30</p> <p>たけのご飯<br/>(麦ご飯 たけのご飯の具)<br/>じゃがもちのすまし汁<br/>白身魚の磯の香天ぷら</p>                                  |

郷土料理・・・宮崎県の料理です。切干大根は古くから宮崎県の特産品として有名な食材で、生産量は全国第一位です。

鉄人献立・・・厚揚げには、鉄がたくさん含まれています。

ファイバー献立・・・麦ご飯に使われている押麦には、食物繊維がたくさん含まれています。

和食の日・・・和食はご飯を主食として、汁物、主菜、副菜（一汁二菜）を組み合わせたバランスのよい食事です。

地場産献立・・・キャベツは、筑紫野市の近郊でとれたものを使う予定です。

☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。

☆牛乳は毎日あります。

☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「令和3年度学校給食で使用する物資一覧(★印表)」に詳しく記載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせください。

☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の食品は含まれていませんが、同じ製造工場に※印の食品を含む加工品が製造されていることを表しています。

☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。

☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがありましたら、共同調理場へご連絡ください。TEL923-6466