



日	曜日	献立名	血や肉となるもの (赤の食品)	働く力となるもの (黄色の食品)	体の調子を整えるもの (緑の食品)	栄養価	
						エネルギー kcal	たんぱく質 g
9	木	わふうピラフ はるやさいのポトフ ぶどうとアセロラのゼリー	とりにく ちくわ こうやどうふ ベーコン	こめ むぎ パター こめあぶら さとう じゃがいも	にんじん ごぼう ほししいたけ にんじん だいこん たまねぎ キャベツ	640	20.8
10	金	パン チリコンカン ウインナー はるさめスープ	だいたく ぶたにく ウインナー ぶたにく	パン こめあぶら はるさめ	たまねぎ にんにく にんじん たまねぎ もやし はねぎ しょうが	601	31.9
13	月	ちゅうかふうたきこみごはん ぶどうまめ はるキャベツのみそしる	ぶたにく だいたく	こめ むぎ ごまあぶら さとう さとう	にんじん たけのこ ほうれんそう ほししいたけ たまねぎ キャベツ	562	27.5
14	火	さくらごはん じゃがいものそぼろに なのはなあえ	とりにく ちくわ たまご	こめ むぎ じゃがいも さとう でんぷん こめあぶら	にんじん たまねぎ たけのこ いんげん こんにゃく ほししいたけ キャベツ ほうれんそう	594	24.6
15	水	ウインナーピラフ のりしおポテト たまごスープ	ウインナー あおのり たまご	こめ むぎ パター こめあぶら じゃがいも こめあぶら でんぷん	にんじん たまねぎ コーン しめじ たまねぎ	619	22.4
16	木	ごはん なまあげのみそいため やさいのごまあえ	ぶたにく なまあげ	こめ むぎ こめあぶら さとう ごま さとう	にんじん たまねぎ キャベツ ほししいたけ しょうが にんにく ほうれんそう もやし はくさい にんじん	591	25.7
17	金	ソフトめんカレーソース ツナサラダ オレンジゼリー	ぶたにく チーズ ツナ	ソフトめん じゃがいも こめあぶら こめあぶら さとう ゼリーのもと	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり にんじん みかん	610	28.1
20	月	たけのごはん さばのしおやき みそけんちんじる	あぶらあげ さば	こめ むぎ さとう じゃがいも ごまあぶら	たけのこ にんじん にんじん だいこん はくさい しめじ	627	31.9
21	火	キャロットピラフ チキンクリームソース フレンチサラダ	ベーコン とりにく チーズ だっしふんにゅう	こめ むぎ パター こめあぶら さとう こめあぶら さとう	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり にんじん	665	26.8
22	水	ごはん にらにくじゃが ピリからみしる	ぶたにく なまあげ	こめ むぎ じゃがいも こめあぶら さとう でんぷん	たまねぎ にら しょうが にんじん たまねぎ もやし キャベツ	600	19.4
23	木	にゅうがく・しんきゅう おいわいこんだて (R7全校アンケートの人気メニューより)	ぶたにく ぶたにく たまご にゅうせいひん	こめ むぎ ごま ごまあぶら さとう ワントンのかわ こめあぶら さとう	もやし ねぶかねぎ にんじん たまねぎ もやし はねぎ	655	25.2
24	金	給 食 は あ り ま せ ん					
27	月	ごはん チンジャオロースー かきたまじる	ぶたにく たまご とうふ	こめ むぎ ごまあぶら こめあぶら さとう でんぷん でんぷん	たけのこ ピーマン あかピーマン にんにく たまねぎ はねぎ	574	30.2
28	火	給 食 は あ り ま せ ん					
30	木	ハヤシライス キャベツのごまいりサラダ	ぶたにく チーズ ハム	こめ むぎ じゃがいも こめあぶら ごま こめあぶら さとう	にんじん たまねぎ しめじ にんにく キャベツ きゅうり にんじん	632	24.8

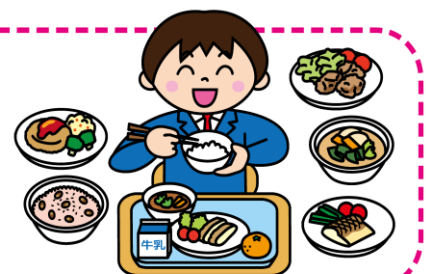
※都合により、献立を変更する場合があります。

入学・進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りをめざしてまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
- 地域の産業
- 伝統行事や行事食
- 環境への配慮
- 日本や世界の食文化
- 感謝の心 など



毎月19日は「食育の日」です。給食では、旬の食材や地場産物を取り入れ、食事マナーを見直す日として呼びかけます。ご家庭でも食について話題にしてみたいかがでしょうか。



熱海市では、「0(ゼロ)のつく日はみんなでごはん」として、毎月10・20・30日に「共食」をすすめています。「共食」とは、家族や友達、近所の人などそろって食事をとることをいいます。「0(ゼロ)のつく日はみんなでごはん」で食事を楽しまるといいですね。

お願い

9日(木)から給食が始まります。給食着(エプロン)、帽子(バンドナ)、マスクの準備をお願いします。給食着や帽子のサイズが合っているか、ボタンがついているか、ゴムはゆるくないか確認をお願いします。