

日	曜日	行事	飲み物	主食	おかず	主な食品とはたらき		
						赤（血や肉になる）	黄（熱や力になる）	緑（体の調子を整える）
10	火	2～6年生 給食開始	牛乳	ちらしずし	鮭の幽庵焼き すまし汁 きよみおれんじ	牛乳 油あげ たまご 鮭	米 さとう でんぷん おふ	しいたけ にんじん きぬさや しめじ えのき こまつな きよみオレンジ
11	水		牛乳	マーボー春雨どん	ぶりからきゅうり もやしスープ	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ ぶた肉	米 はるさめ 油 さとう でんぷん ごま油	にんにく しょうが にんじん たけのこ しいたけ ながねぎ にら きゅうり だいこん もやし
12	木		牛乳	ひじきごはん	わかさぎのから揚げ だんご汁	牛乳 とり肉 わかさぎ とうふ 油あげ	米 油 さとう でんぷん しらたま粉	しいたけ ごぼう にんじん しょうが だいこん えのき ながねぎ こまつな
13	金		牛乳	スパゲティ ミートソース	キャベツのこんにゃくサラダ オレンジゼリー	牛乳 大豆ミート ぶた肉 チーズ 粉寒天	スパゲティ オリーブ油 さとう こむぎこ 油	パセリ しょうが にんにく セロリ みかん缶 たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり オレンジジュース
16	月	1年生 給食開始 4年遠足	牛乳	カレーライス	フレンチサラダ さわやかポンチ	牛乳 とり肉 ヨーグルト	米 油 じゃがいも こむぎこ バター さとう	しょうが にんにく たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし もも缶 パイン缶 みかん缶 レモン
17	火		牛乳	麦ごはん	ひじきのふりかけ 厚揚げとぶた肉のみそいため こしね汁	牛乳 ひじき あおのり ぶた肉 生あげ とうふ	米 麦 油 ごま さとう でんぷん こんにゃく	しょうが ピーマン キャベツ にんじん しいたけ だいこん ながねぎ こまつな
18	水		シ ョ ア ブルーベリー	フィッシュバーガー	ゆで野菜 コーンポテト ジュリエンスープ	ショア メルルーサ ベーコ ン	丸パン こむぎこ パン粉 油 じゃがいも	キャベツ パセリ とうもろこし たまねぎ にんじん セロリー
19	木		牛乳	チキンライス	スパニッシュオムレツ 白いんげん豆と野菜のスープ	牛乳 とり肉 ベーコン たまご 生クリーム チーズ 白いんげん豆	米 バター さとう 油 じゃがいも	マッシュルーム たまねぎ にんじん ピーマン パセリ キャベツ セロリー とうもろこし
20	金	2年遠足	牛乳	しょうゆラーメン	ぼうぎょうざ 冷凍パイン	牛乳 ぶた肉 なた ぶた肉	中華めん 油 ごま油 ぎょうざの皮	しょうが にんじん もやし ながねぎ キャベツ にら にんにく しいたけ 冷凍パイン
23	月	3年遠足	牛乳	 竹の子ごはん	いかのかりんとあげ ごまあえ かきたま汁	牛乳 油あげ いか とり肉 とうふ たまご	米 さとう でんぷん 油 ごま	たけのこ にんじん きぬさや しょうが キャベツ いんげん ながねぎ こまつな
24	火	5年遠足	牛乳	チョコチップパン	じゃがいものミートグラタン 糸寒天サラダ いちご	牛乳 ぶた肉 チーズ 糸寒天	チョコチップパン じゃがいも 油 こむぎこ パン粉 さとう ごま	にんにく たまねぎ にんじん パセリ きゅうり だいこん キャベツ いちご
25	水		牛乳	切り干しだいこんごはん	やきししゃも すのもの ごもく汁	牛乳 油あげ ししゃも わかめ ちりめんじゃこ とり肉	米 油 さとう でんぷん	しいたけ にんじん 切り干しだいこん きゅうり だいこん ごぼう しめじ ながねぎ
26	木	1年遠足	牛乳	中華おこわ	バンバンジー サンラータンスープ	牛乳 やきぶた とり肉 とうふ たまご	米 もち米 ごま油 さとう はるさめ ごま でんぷん	たけのこ しいたけ にんじん きゅうり もやし こまつな たけのこ きくらげ 葉ねぎ
27	金	離任式	牛乳	えびピラフ	ばりばりポテトサラダ しゃっきりスープ	牛乳 とり肉 えび ぶた肉	米 バター じゃがいも 油 さとう	たまねぎ にんじん とうもろこし グリーンピース キャベツ きゅうり もやし レタス

* 食材料の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

* 学校行事は、変更になる場合もありますので、最新の情報をご確認ください。

給食当番の準備

もちもの

マスク…お子様の顔の大きさに合うもの

白衣

帽子

袋に入った状態で、前の週の給食当番の児童から受け取ります。

週末に爪切りの習慣をつけるといいと思います！

確認をお願いしたいこと

前日までに…

つめは短く切ってありますか？



当日は…

手にけがはありませんか？
体調はいいですか？

もしも、気になるところがあれば当番を変わりますので、ご連絡ください。

給食当番は、クラスみんなに給食を配る大切な当番です
ご理解・ご協力をお願いいたします。



毎日ハンカチや
タオルを持って
きましょう！

全員が給食の前にすること…

石けんで きれいに手洗い

せっかくきれいに洗った手を、
服や髪の毛でふいてしまったら
意味がありません。

きれいなハンカチやタオルを毎日

持ってくる習慣をつけましょう。
せっかく持ってきたハンカチやタオルは、
いつでも取り出せるように、洋服のポケット
などに入れておきましょう。

