



ひょうび	りょうりのしゅるい	こんだてめい	しょくひんめい				もりつけず	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	
			ちからやねつになる	ちやにくをつくる	からだのちようしをとのえる	調味料				
<p>あたらしいがくねん きょうしやくがスタートします。といちしよあゆしよくしつ にん ちから あ といち こ 新しい学年・クラスでの給食がスタートします。戸一給食室メンバー14人で力を合わせ、戸一っ子のために あんしん あんぜん きょうしよつく こんねんど ねが 安心・安全な給食を作ります。今年度もよろしくお願ひいたします。</p>										
13 (月)	しゅしよく	げんまいごはん	こめ げんまい						635	25.5
	しゅさい	ハヤシライス	あぶら さとう	ぶたにく	たまねぎ セロリ にんじん マッシュルーム にんにく しょうが トマト	デミグラスソース ワイン ケチャップ ハヤシルウ ソース ベイリーフ 塩 こしょう 鶏ガラ				
	ふくさい	はなやさいのサラダ	オリーブオイル さとう		ブロッコリー カリフラワー たまねぎ	しょうゆ りんご酢 塩 こしょう				
	デザート	りんごゼリー	さとう	アガー かんてん	りんご果汁					
	のみもの	ぎゆうにゆう		ぎゆうにゆう						
14 (火)	しゅしよく	ごはん	こめ						569	23.8
	しゅさい	さばのだししょうゆやき		さば		しょうゆ 塩 かつお・こんぶエキス				
	ふくさい	キャベツのしおこんぶあえ	ごまあぶら	こんぶ	キャベツ ピーマン にんじん	塩 しょうゆ				
	しるもの	さわにわん		ぶたにく	えのきたけ にんじん だいこん ごぼう こまつな ねぎ	しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし				
	のみもの	ぎゆうにゆう		ぎゆうにゆう						
15 (水)	しゅしよく	げんまいごはん	こめ げんまい						573	26.7
	しゅさい	マーボー豆腐	あぶら さとう コーンスターチ	とうふ ぶたにく だいずミート みそ	たけのこ ねぎ なら しいたけ にんにく しょうが	酒 しょうゆ 甜面醬 豆板醬				
	ふくさい	ピリからきゅうり	ごまあぶら		きゅうり こんにやく	キムチの素 しょうゆ 塩				
	しるもの	ワンタンスープ	ワンタン あぶら	とりにく なたと	にんじん キヤベツ チンゲンサイ ねぎ	塩 こしょう しょうゆ 鶏ガラ				
	のみもの	ぎゆうにゆう		ぎゆうにゆう						
<p>ねんせい きょうしよく かいし 1年生 きょうしよく開始</p> <p>いよいよ1年生の給食もスタートです。はじめは大変ですが、少しずつ慣れてみんなで協力してすばやく準備、てねいに あとかたつ 後片付けができるようになりますようにしましょう。</p>										
16 (木)	しゅしよく	コッペパン	こむぎこ マーガリン(乳不使用) さとう			塩 イースト			636	20.2
	しゅさい	フランクフルトのトマトソースがけ	あぶら さとう	フランクフルト	たまねぎ トマト	ケチャップソース				
	ふくさい	グリーンサラダ	さとう あぶら		キャベツ きゅうり	塩 酢 こしょう				
	しるもの	とうにゆうコーンシチュー	こむぎこ あぶら さとう	とりにく とうにゆう	たまねぎ にんじん とうもろこし マッシュルーム パセリ	塩 こしょう ワイン 鶏ガラ				
	のみもの	りんごジュース			りんご果汁					
<p>といちっこカレーのひ</p>										
17 (金)	しゅしよく	げんまいごはん	こめ げんまい						587	22.7
	しゅさい	チキンカレー	じやがいも さとう あぶら こめこ はちみつ	とりにく	にんじん たまねぎ りんご にんにく しょうが	鶏ガラ ベイリーフ ワイン ソース しょうゆ 塩 こしょう フルーツチャツネ カレー粉 ガラムマサラ ケチャップ				
	ふくさい	げんきサラダ	さとう あぶら	ハム こんぶ かつおぶし	にんじん キヤベツ とうもろこし きゅうり	ワイン しょうゆ 酢 塩				
	デザート	オレンジ			オレンジ					
	のみもの	ぎゆうにゆう		ぎゆうにゆう						

ご入学・ご進級おめでとうございます

いろど 豊かな花々が咲き誇る中、ピカピカの新生活を迎えて、新しい1年
 がスタートしました。本年度も、安心・安全はもとより、子どもたちが楽
 しみにしてくれるようなおいしい給食作りを努めていきたいと思ひます。
 ご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひ致します。

ご家庭へのお願い

給食当番の着る白衣・帽子は、クラスのみんで使ひます。
 大変お手数ですが、お子さんが給食当番の時は、週末に白衣・
 帽子・袋の洗濯をお願ひします。給食の準備を清潔に行うため
 にも、翌週の初めには忘れずに持たせるようにお願ひいたします。
 また、香りの強い洗剤等での洗濯はお控えください。
 なお、白衣の共用が難しい場合は、担任までご相談ください。

持ち帰った際に、ボタンやゴムなどのメンテナ
 ナンスをしていただけると助かります。

ぼうしに
かみのけを
きちんと
入れる

マスクは
はなまで
おおう

はくい
白衣は
せい
清けつに

つめを
みじかく
きる

て
手を
せつげんで
きれいに
あらう



ひ ょう び	り ょう り の し ゆ り い	こんだてめい	しょくひんめい				もりつけず	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)
			ちからやねつになる	ちやにくをつくる	からだのちょうしをととのえる	調味料			
20 (月)	しゅしよく	ツイストパン	こむぎこ マーガリン(乳不使用) さとう			塩 イースト		595	26.6
	しゅさい	ミートローフ デミグラスソース	あぶら パンこ さとう オリーブオイル コーンスターチ	ぶたにく とうにゆう	セロリ たまねぎ にんにく	ワイン しょうゆ ナツメグ デミグラスソース こしょう ケチャップ 塩 ソース 鶏ガラだし			
	ふくさい	ハニーサラダ	はちみつ あぶら		キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ	塩 酢 しょうゆ こしょう			
	しるもの	マカロニスープ	マカロニ	ベーコン	たまねぎ にんじん パセリ マッシュルーム とうもろこし	しょうゆ こしょう 塩 鶏ガラだし			
	のみもの	ぎゅうにゆう		ぎゅうにゆう					
21 (火)	しゅしよく	ごはん	こめ					661	26.8
	しゅさい	とりにくのたつたあげ ねぎソース	あぶら こむぎこ コーンスターチ さとう	とりにく	しょうが にんにく ねぎ	しょうゆ 酒 酢			
	ふくさい	わふうはるさめサラダ	はるさめ さとう あぶら		きゅうり にんじん とうもろこし もやし	酢 辛子粉 しょうゆ			
	しるもの	みそしる		とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ こまつな	かつおだし			
	のみもの	ぎゅうにゆう		ぎゅうにゆう					
22 (水)	しゅしよく	ごはん	こめ					561	25.9
	しゅさい	ヤンニョムテグ	かたくりに あぶら ごまあぶら さとう	たら	にんにく	ケチャップ コチュジャン みりん しょうゆ			
	ふくさい	わかめのナムル	さとう ごまあぶら	わかめ	にんじん もやし とうもろこし にんにく しょうが	しょうゆ 酢			
	しるもの	チンゲンサイのスープ	あぶら	ぶたにく とうふ	チンゲンサイ にんじん たまねぎ しいたけ	塩 こしょう しょうゆ 酒 鶏ガラ			
	のみもの	ぎゅうにゆう		ぎゅうにゆう					
23 (木)	しゅしよく	ごはん	こめ					590	26.1
	しゅさい	やきとりどん	さとう コーンスターチ	とりにく	ねぎ エリンギ	酒 みりん しょうゆ 塩 こしょう 一味唐辛子			
	ふくさい	こまつなののりあえ	さとう あぶら	のり	こまつな にんじん きりぼしだいこん	しょうゆ			
	しるもの	なめこじる		とうふ わかめ みそ	なめこ たまねぎ えのきたけ きょうな	かつおだし			
	のみもの	ぎゅうにゆう		ぎゅうにゆう					
24 (金)	しゅしよく	スパゲティ	スパゲッティ あぶら					650	20.9
	しゅさい	アマトリチャーナ	オリーブオイル さとう	ぶたにく ベーコン	たまねぎ にんにく トマト	ケチャップ 塩 ベイリーフ こしょう ワイン			
	ふくさい	パリパリひじきサラダ	フンタンのかわ さとう あぶら オリーブオイル	ひじき	キャベツ きゅうり とうもろこし たまねぎ	しょうゆ りんご酢 塩			
	デザート	ブルーベリータルト	さとう こめこ コーンフラワー あぶら みずあめ ショートニング	とうにゆう だいずこ	ブルーベリー果汁				
	のみもの	ぎゅうにゆう		ぎゅうにゆう					
27 (月)	しゅしよく	まるパンスライス	こむぎこ マーガリン(乳不使用) さとう			塩 イースト		627	25.3
	しゅさい	てりやきチキン	さとう コーンスターチ	とりにく	しょうが	塩 こしょう 酒 しょうゆ			
	ふくさい	ゆでキャベツ			キャベツ にんじん	塩			
	しるもの	ミネストローネ	マカロニ あぶら さとう	ぶたにく	にんじん たまねぎ はくさい セロリ にんにく トマト	ケチャップ ワイン しょうゆ 塩 こしょう ベイリーフ 鶏ガラ			
	のみもの	ぎゅうにゆう		ぎゅうにゆう					
28 (火)	しゅしよく	グリーンピースごはん	こめ		グリーンピース とうもろこし	塩 みりん 昆布だし		614	24.4
	しゅさい	まぐろカツ	パンこ あぶら さとう こむぎこ	まぐろ	たまねぎ しょうが	みりん ほたてエキス 塩 ソース			
	ふくさい	ツナとアスパラのサラダ	さとう オリーブオイル	ツナ	アスパラガス キャベツ きゅうり たまねぎ	しょうゆ リんご酢 こしょう 塩			
	しるもの	みそしる		とうふ あぶらあげ みそ	だいこん たまねぎ ねぎ	かつおだし こんぶだし			
	のみもの	ぎゅうにゆう		ぎゅうにゆう					
30 (木)	しゅしよく	てまきごもくずし(のり)	こめ さとう あぶら	とりにく こうやどうふ のり	にんじん しいたけ かんぴょう さやえんどう	酢 塩 しょうゆ 酒 みりん こんぶだし		594	28.8
	しゅさい	とりにくのからあげ②	あぶら コーンスターチ こむぎこ	とりにく	しょうが にんにく	しょうゆ 塩 酒			
	ふくさい	きゅうり			きゅうり	塩			
	しるもの	すましじる		かまぼこ	えのきたけ ねぎ こまつな	酒 塩 しょうゆ みりん かつおだし こんぶだし			
	デザート	おいわいこうはくゼリー	みずあめ さとう	とうにゆう	いちご				
のみもの	ジョア		にゆう	マスカット果汁					

☆かいこう 150しゅうわん きわんこんだて☆

がついつち とだいいちしやうがっこう かいこうきねんび
5月1日は、戸田第一小学校の開校記念日です。
ねん かみとだがっこう はじ こんねんど しゅうわんねん
1877年に上戸田学校として始まり、今年度は150周年
の記念すべき1年です。
がっ にち いわ こんだて きゅうしよくいんかい
4月30日は、お祝い献立です。給食委員会がデザイン
したパッケージの海苔が登場します。



※使用している材料についてすべて記載しているわけではありません。
アレルギー等で知りたい食品がありましたら、栄養士までご相談ください。
※材料の入荷の都合により、献立を変更することがありますがご了承ください。
※給食では、そば、ピーナッツ、木の実類・種実類(カカオ、くり、ごま、
木の実類・種実類由来の油を除く)、キウイ、いくら、たらこの使用はありません。
※海藻類はえび・かにの生息地で採取しています。
※魚には骨が入っています。気を付けて食べてください。
※栄養価は八訂成分表で計算しています。

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	塩分 (g)
学校給食 摂取基準	650	21~33	14~22	80~110	2.0未満
今月の 平均	607	24.9	20.6	81.1	2.5

