



平成 31 年度 4 月分 学校給食予定献立表 <CJ>

松本市東部学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>このマークがついたメニューは旬の食材を使った献立や今月のおすすめの献立です。</p> <p>このマークがついたメニューはかみかみ献立です。</p>				<p>5 牛乳 麦ごはん 吉野汁 春雨とひき肉の炒め物 おかかあえ</p>
<p>8 牛乳 麦ごはん こんにやくラーメン 肉シューマイ 海そうサラダ</p> <p>2こ</p>	<p>9 牛乳 コッペパン 寒天スープ カレイフライ コールスローサラダ</p>	<p>10 牛乳 麦ごはん 貝だくさんみそ汁 かじきの南蛮だれ ゆかりあえ</p> <p>こぼれ</p>	<p>11 牛乳 わかめごはん 紅白すまし とりのから揚げ 春色あえ お祝いいちごゼリー</p> <p>にゅうかくしんきゅうおいわいこんだて</p> <p>2こ</p>	<p>12 牛乳 麦ごはん ワンタンスープ 麻婆豆腐 華風あえ</p>
<p>15 牛乳 麦ごはん かきたま汁 ささみのピザ 春雨サラダ 桜もち</p> <p>並柳小学校 きぼうこんだて</p>	<p>16 牛乳 切込みまるパン コーンスープ ハバ-グトマトソース さつまいものサラダ</p> <p>パンにはさんで食べましょう</p>	<p>17 牛乳 麦ごはん ごまみそ汁 じゃがいもカレーそば 梅ささみあえ</p>	<p>18 牛乳 麦ごはん 山菜うどん汁 厚揚げの肉みそかけ 和風ポテトサラダ</p>	<p>19 牛乳 麦ごはん 豚汁 鮭の塩焼き 磯香あえ</p>
<p>22 牛乳 麦ごはん さわに椀 さばのみそ煮 即席漬け</p>	<p>23 牛乳 米粉パン トマトビーンズスープ ポトトチーズのホイル包み 糸寒天サラダ</p>	<p>24 牛乳 麦ごはん おぼろとうふ汁 キムタクごはんの貝 ごまあえ</p> <p>ごはんのせて食べましょう</p>	<p>25 牛乳 麦ごはん 春野菜のポトフ 山賊焼き こんにやくサラダ</p>	<p>26 牛乳 麦ごはん ポークカレー 清美オレンジ ツナごぼうサラダ</p>

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB <sub>1</sub>	ビタミンB <sub>2</sub>	ビタミンC
600 kcal	25.1 g	17.5 g	310 mg	1.9 mg	201 μgRAE	0.37 mg	0.51 mg	21 mg

ご入学・ご進級  
みめでとうございます

今年度は、小学校11校、中学校7校の約7,700人分の給食を、センター長1名 栄養士5名 調理員62名 施設管理員2名 事務職員2名で、力を合わせて、心をこめてつくります。みなさんが楽しみに待っていてくれるような給食を目指します！

★松本市が給食づくりで大切にしていること★

栄養についての配慮をしています。

豊かで多様な献立を提供できるよう努めています。

地産地消や季節を大切にしています。

ていねいな調理を心がけています。

より安全で安心な給食になるように、確認をていねいにしています。



4月の希望献立  
並柳小学校

給食委員で春らしく、一年生みなさんに楽しく食べてもらえるような希望献立にしました。栄養バランスを考えて作ったのでおいしく食べてください。



松本市では毎月19日を「家族団らん手づくり料理を楽しむ日」として、家族みんなで食事を作って、みんなで食べることをすすめています。みなさんのご家庭では、家族で料理を楽しむ機会がありますか？



朝ごはん 毎日野菜 プラスして みんなで食べると 元気がアップ！



忘れないでね  
ぼくのわたしの  
給食費

学校からの納入日のお知らせをご確認ください。今年度も学校給食の円滑な運営にご理解とご協力をお願いします。

