







令和 2 年度 4 月分 学校給食予定献立表 <CJ>ス


松本市東部学校給食センター

月	火	水	木	金
 7 牛乳 背割りコッパン コーンスープ ワンカウトチリソース コールスローサラダ	パンにはさんで 食べましょう 8 牛乳 麦ごはん 担々こんにやく麺スーフ かじきの南蛮だれ ゆかりあえ	9 牛乳 麦ごはん わかめスープ ボークシューマイ 2こ 春雨サラダ	10 牛乳 赤飯 豚汁 さわらの塩こうじ焼き かぶの即席漬け	
13 牛乳 麦ごはん さわに椀 じゃがいもカレー 梅ささみあえ	14 牛乳 黒パン 春野菜のポトフ ハバーグトマトソース 糸寒天サラダ	15 牛乳 麦ごはん おぼろとうふ汁 豚肉とじゃが芋の甘辛揚げ 磯香あえ	ごはんにのせて 食べましょう 16 牛乳 麦ごはん 団子入り真だくさんみそ汁 肉どんぶり たくあんあえ	にゅうがく しんぎゅう おいおいこんだて げんち小学校 きぼうこんだて
20 牛乳 麦ごはん ポークカレー 宇和ゴールド ツナサラダ	パンにはさんで 食べましょう 21 牛乳 切込み丸パン 寒天スープ 鶏肉の照り焼きソース チーズおかかサラダ	22 牛乳 麦ごはん 厚揚げ汁 2こ ちくわのかば揚げ 和風おさつサラダ	23 牛乳 麦ごはん 五目スープ 春雨とひき肉の炒め物 フルーツポンチ	17 牛乳 わかめごはん 春雨スープ 山賊焼き 和風ポテトサラダ お祝いいちごゼリー
27 牛乳 野沢菜のませごはん 鶏ごぼう汁 鮭の塩焼き こんぶあえ ひしもち	28 牛乳 米粉パン 白菜スープ ホトとチーズのホル包み 海そうサラダ	29 昭和の日	30 牛乳 麦ごはん はんべんのすまし汁 ささみのレタソース ごぼうのごま酢あえ	

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
601 kcal	24.2 g	17.3 g	306 mg	1.6 mg	204 μgRAE	0.38 mg	0.48 mg	23 mg

 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。

 このマークがついたメニューはかみかみ献立です。

 このマークがついたメニューは「真だくさんみそ汁の日」です。

# ご入学・ご進級 お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、給食センター職員一同、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。

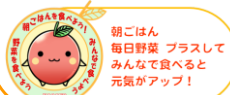


### 4月の希望献立 源池小学校

「一年生に食べてもらいたい献立」をテーマに、給食委員が献立を考え、クラスごとにアンケートをとり、決めました。みんなが大好きな献立になりました。味わって食べてください。



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？



### 忘れないでね ぼくのわたしの 給食費

後日学校から通知が配布されますのでご確認ください。

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。

