

4月のこんだて

旭竜小学校

2023年

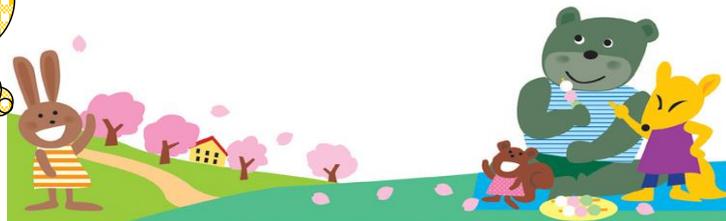
4かつのもくひょう

にゅうがく・しんきゅうをいわい、
たのしいしょくじにしよう。

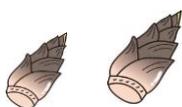
元気よく
あいさつをしよう！

新学年スタート！
すききらいをしない
でたべようね！

手をきれいに
洗おう！
マスクを忘れ
ないでね！



20日には、出盛りの「たけのこ」を使います。給食室で前日からゆでて準備をします。春の味や香りをしっかり味わいましょう！



11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
<p>さわらのおこうじやき</p> <p>ごはん しらたまじる</p> <p>給食の見本を見て、ひとり分の適量をきれいに盛り付け、みんなのために工夫して配膳をしましょう。</p>	<p>にゅうがくしき 入学式</p>	<p>そくせきづけ</p> <p>ごはん いりどうふ</p> <p>いろいろな食品を組み合わせて食べることが、健康な体をつくるために大切です。</p>	<p>ふりかけ (のりかつお) ぶたにくのしょうがいため</p> <p>むぎごはん わかめのみそ汁</p> <p>わかめは舌くから食べられてきた春が旬の食品です。生だけでなく、乾燥や塩蔵などにより、あえ物や汁物等に幅広く使われます。</p>
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)
<p>カミカミ献立</p> <p>おこのみまめ ごもくうどん</p> <p>給食は、かみごたえのある食べ物を積極的に取り入れています。お好み豆は、かみごたえがあるので、よくかんで食べましょう。</p>	<p>もやしのごまだれあえ</p> <p>ごはん あつあげのちゅうかに</p> <p>ごまは種実類の仲間で、種を食べる食材です。芽を出すために必要な栄養をたくさん含むため、栄養満点です。</p>	<p>あじのハーブやき</p> <p>こくとうパン マカロニスープ</p> <p>給食のパンは岡山県産の米粉で作るふんわりとしたおいしいパンです。今日は、生地に黒糖を混ぜこんだ、ほんのり甘いパンです。</p>	<p>えびのこはくあげ いちご ごましお</p> <p>せきはん はるやさいのもの</p> <p>入学・進級を祝って「赤飯」の献立です。春野菜のたけのこやさやえんどうは、給食室で前の日から準備しました。</p>
21日(金)	24日(月)	25日(火)	26日(水)
<p>あまなつかんサラダ</p> <p>カレーライス</p> <p>給食のカレーライスはいつでも大人気です。おいしさのひみつはかくし味にあります。調理員の先生に聞いてみましょう。</p>	<p>ひとくちゼリー</p> <p>チャーシューめん じゃがいものかふうあえ</p> <p>給食のめんには、中華めん、うどん、給食用に作られたソフトスパゲティの三種類があります。</p>	<p>さわらのきのみそあえ</p> <p>むぎごはん かきたまじる</p> <p>さわらは春に卵を産むために瀬戸内海へ入ってくることから、漢字では「鰯」と書きまます。</p>	<p>(ウインナー・キャベツ)</p> <p>ウインナーサンド とうにゅうスープ</p> <p>食事のときのあいさつは、食事にたずさわってくれた方々や、食材への感謝の気持ちをこめて行いましょう。</p>
27日(木)	28日(金)		
<p>おひたし</p> <p>ごはん ふくめに</p> <p>グリーンピースの品種の1つであるアラスカは春が旬です。他のグリーンピースに比べて大粒で甘みが強いです。</p>	<p>いかのあげにどん</p> <p>ごはん あかだし</p> <p>主食・主菜・副菜を組み合わせることで栄養バランスのよい食事になります。いろいろな食べ物をしっかり食べましょう。</p>		



カミカミくん

このマークがある日はカミカミ献立の日です。
かむことを意識して食べるようにしましょう。