



日	曜	牛乳	主食	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質
8	金	○	チキンライス	バリバリポテトの野菜サラダ キャベツスープ	牛乳, 鶏肉, 豚肉	精白米, 米粒麦, 油, じゃがいも, さとう	トマトジュース, たまねぎ, にんじん, マッシュルーム缶, グリンピース (冷凍), こまつな, もやし, セロリ, キャベツ, にんにく	579 kcal 20.7 g
給食開始								
11	月	○	麻婆豆腐丼	春雨サラダ くだもの (いちご)	牛乳, 豚肉, 豚肝臓, みそ, 押し豆腐	精白米, 米粒麦, 油, 三温糖, でんぶ, こま油, はるさめ, さとう	にんにく, しょうが, 長ねぎ, にんじん, たまねぎ, たけのこ (水煮), 干ししいたけ, にら, キャベツ, もやし, きゅうり, いちご	606 kcal 24.8 g
12	火	○	麦ごはん	さばのピリ辛焼き 野菜のお浸し 吉野汁	牛乳, さば, かつおけずり節, 鶏肉, 豆腐	精白米, 米粒麦, さとう, 白ごま, 油, こんにやく, でんぶ	にんにく, しょうが, 長ねぎ, にんじん, えのきたけ, こまつな, キャベツ	592 kcal 28.9 g
13	水	○	ツナとトマトのスパゲティ	海藻サラダ ぼりぼり大豆	牛乳, ベーコン, ツナ油漬, 芽ひじき, 海草ミックス, 大豆	スパゲッティ, 油, さとう, ごま油, 白ごま, でんぶ	にんにく, たまねぎ, にんじん, ぶなしめじ, ホールトマト, キャベツ, こまつな	655 kcal 28.8 g
14	木	○	ごはん	ちぐさ焼き 切干大根の煮付 豚汁	牛乳, かつおけずり節, 鶏肉, 芽ひじき, 卵, 油揚げ, 豚肉, 豆腐, みそ	精白米, 油, さとう, こんにやく	たけのこ (水煮), こまつな, 切干し大根, にんじん, ごぼう, だいこん, たまねぎ, 長ねぎ	627 kcal 28.5 g
15	金	○	米粉のチキンカレー	じゃこサラダ	牛乳, 鶏肉, レンズまめ, 豆乳, ちりめんじゃこ	精白米, 米粒麦, 油, じゃがいも, さとう, ごま油	にんにく, たまねぎ, にんじん, キャベツ, こまつな	656 kcal 27.7 g
1年生給食開始								
18	月	○	上海焼きそば	中華スープ フルーツ杏仁豆腐	牛乳, 豚肉, いか, 鶏肉, 豆腐, 粉寒天, 調理用牛乳	油, むし中華めん, ごま油, さとう	しょうが, たまねぎ, にんじん, キャベツ, えのきたけ, 長ねぎ, こまつな, みかん缶, 黄桃缶, バイン缶	553 kcal 26.3 g
19	火	○	わかめごはん	肉豆腐 みそドレサラダ	牛乳, 炊き込みわかめ, 豚肉, かつお中厚けずり節, 押し豆腐, 甘みそ	精白米, 米粒麦, 油, つきこん, にやく, 三温糖, さとう, ごま油	にんじん, たまねぎ, さやいんげん, だいこん, キャベツ, こまつな	641 kcal 27.7 g
20	水	○	胚芽パン	春キャベツのシチュー ワントンのバリバリサラダ	牛乳, 鶏肉, 白いんげん (ペースト), 調理用牛乳, 生クリーム	胚芽パン, 油, バター, 小麦粉, じゃがいも, ワントンの皮, さとう	たまねぎ, セロリ, にんじん, にんにく, キャベツ, パセリ, こまつな, もやし	617 kcal 24.3 g
21	木	○	赤飯 (ごま塩)	鶏肉のから揚げ甘酢あん 春キャベツのお浸し すまし汁	牛乳, ささげ, 鶏肉, かつおけずり節, 豆腐, かまぼこ	精白米, もち米, 黒ごま, 揚げ油, でんぶ, さとう	しょうが, にんじん, キャベツ, もやし, えのきたけ, 長ねぎ, こまつな	624 kcal 27.0 g
入学・進級祝いメニュー								
22	金	○	麦ごはん	鱈の照り焼き 五目きんぴら じゃがいもみそ汁	牛乳, さわら, さつま揚げ, かつおけずり節, 油揚げ, みそ	精白米, 米粒麦, 油, つきこんにやく, さとう, じゃがいも	しょうが, ごぼう, れんこん, にんじん, さやいんげん, たまねぎ, キャベツ, こまつな	564 kcal 27.9 g
25	月	○	ごはん ひじきふりかけ	新じゃがのそぼろ煮 ツナと野菜のからし和え	牛乳, 芽ひじき, 粉かつお, 豚肉, かつおけずり節, ツナ油漬	精白米, さとう, 油, じゃがいも, でんぶ	にんじん, たまねぎ, さやえんどう, もやし, キャベツ, こまつな	595 kcal 22.7 g
26	火	○	たけのこごはん	焼きししゃも 切り干し大根入りお浸し みだくさん汁	牛乳, 油揚げ, ししゃも, かつおけずり節, 鶏肉, みそ	精白米, 米粒麦, 油, さとう, ごま油, さつまいも	たけのこ (水煮), にんじん, さやいんげん, キャベツ, こまつな, 切干し大根, たまねぎ, だいこん, 長ねぎ	581 kcal 29.5 g
27	水	○	スパゲティミートソース	イタリアンサラダ つぶつぶみかんゼリー	牛乳, ベーコン, 豚肉, 豚肝臓, 大豆, 粉チーズ, 粉寒天	スパゲッティ, 油, さとう, じゃがいも	にんにく, セロリ, にんじん, たまねぎ, マッシュルーム缶, ホールトマト, パセリ, キャベツ, きゅうり, オレンジジュース, みかん缶	633 kcal 27.7 g
♪お誕生日メニュー♪								
28	木	○	チキン豆乳クリームライス	もやしサラダ くだもの (いちご)	牛乳, 鶏肉, 豆乳	精白米, 米粒麦, 油, さとう	たまねぎ, にんじん, マッシュルーム缶, にんにく, 赤パプリカ, パセリ, もやし, こまつな, キャベツ, いちご	566 kcal 23.7 g

※新型コロナウイルスの感染状況や食材の入荷状況、天候等の状況によって、給食実施や献立内容、使用食材が変更や中止になる場合があります。

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
606	26.4
650	26.0

ご入学・ご進級おめでとうございます



春の暖かな陽気に包まれる中、新年度が始まりました。
新しい教室や先生に気持ちも心機一転！みなさん、やる気に満ちあふれているのではない
でしょうか。
今年度も引き続き、感染予防対策を取りながらの給食時間となりますが、みなさんが安心
して給食を食べられるよう、心を込めておいしい給食作りに取り組みます。
1年間よろしくお祈りいたします！



保護者のみなさまへ

天神小学校の給食は、献立を栄養士(藤原武)が作成し、調理業務は(株)藤江に委託しております。お子様の健やかな成長を願って、安心・安全で、おいしい給食提供を心がけております。今年度もよろしくお祈りいたします。