



4月すくうるらんち



【NO.571】

令和4年 4月 6日 発行

ぎゅうにゅう にぼし まいにち
◎牛乳と煮干しは毎日つきます

二セコ町学校給食センター

月	火	水	木	金
	手洗いを忘れずに! 	6日 ごはん 五目味噌汁 クリスピーチキン きんぴらごぼう	7日 セルフハンバーガー (パン・ハンバーグ) コーンスープ 温野菜サラダ	8日 ハヤシカレー カニカマのピリ辛和え 果物 (りんご)
	静かに食べよう! 	赤 牛乳 にぼし さつまあげ とりにく みそ あぶらあげ 黄 こめ あぶら つきこんにやく さとう こま ごま油 緑 にんじん だいこん しいたけ ながねぎ ごぼう	赤 牛乳 にぼし とりにく ぶたにく 黄 パン バター さつまいも こま 緑 にんじん たまねぎ パセリ コーン フロッコリー かぼちゃ	赤 牛乳 にぼし かにかま とりにく 黄 こめ むぎ パター じゃがいも 緑 しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリンピース トマト きゅうり もやし りんご
	11日	12日	13日	14日
	15日 入学・進級お祝い給食	高 745kcal 小 649kcal 高 832kcal 小 649kcal 高 880kcal		
ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 ほっけフライ おひたし	塩わかめラーメン 揚げ焼売 (2個) 大根サラダ	ごはん かきたま汁 豚の生姜焼き ちくわとキャベツの和え物	コッペパン コンソメスープ ウィンナーロール スパゲティサラダ	赤飯 道産子汁 おおまい竜田揚げ ごぼうとツナのサラダ おいおいゼリー
赤 牛乳 にぼし みそ わかめ とうふ ほっけ ちくわ 黄 こめ あぶら 緑 たまねぎ ながねぎ こまつな はくさい にんじん コーン もやし	赤 牛乳 にぼし つと ぶたにく わかめ とりにく 黄 ラーメン しゅうまいのかわ あぶら 緑 だいこん みずな きゅうり にんじん	赤 牛乳 にぼし かつおぶし わかめ たまご ぶたにく ちくわ とうふ 黄 こめ こま さとう 緑 しいたけ にんじん たまねぎ ながねぎ しょうが キャベツ きゅうり もやし	赤 牛乳 にぼし ウィンナー たまご ベーコン まぐろみずに 黄 パン バター さつまいも マヨネーズ 緑 にんじん たまねぎ パセリ キャベツ しいたけ きゅうり	赤 牛乳 にぼし とうふ みそ あずき おおまい まぐろみずに ぶたにく 黄 こめ パター あぶら じゃがいも こま セリー (いちご) 緑 ごぼう にんじん きゅうり えだまめ コーン しょうが たまねぎ ながねぎ
18日	19日	20日	21日	22日
25日	26日	27日	28日	29日
ごはん さつま汁 さばのわふうカレー煮 海藻サラダ	ミートスパゲティ シーザーサラダ フルーツミックス	ごはん 肉ポールスープ 揚げ餃子 (2個) 華風サラダ	セルフチキンカツバーガー (パン・チキンカツ) ミネストローネ キャベツのサラダ	チキンカレー ひじきとチーズのサラダ 果物 (オレンジ)
赤 牛乳 にぼし さつまあげ ぶたにく さば かにかま みそ わかめ 黄 こめ さつまいも 緑 だいこん にんじん たまねぎ ながねぎ きゅうり キャベツ	赤 牛乳 にぼし ぶたにく だいす ハム チーズ 黄 スパゲティ オリーブあぶら 緑 たまねぎ にんじん グリンピース トマト にんにく しいたけ アロエ キャベツ コーン もも パイン みかん	赤 牛乳 にぼし とりにく くらげ ぶたにく たまご ハム 黄 こめ あぶら きょうざのかわ こまあぶら はるさめ さとう 緑 しいたけ はくさい ほうれんそう レタス きゅうり	赤 牛乳 にぼし とりにく ベーコン ハム 黄 パン マカロニ じゃがいも あぶら パンこ 緑 たまねぎ にんじん パセリ にんにく トマト キャベツ きゅうり コーン	赤 牛乳 にぼし チーズ ヨーグルト とりにく ひじき ハム 黄 こめ むぎ パター じゃがいも 緑 しょうが にんにく たまねぎ にんじん えだまめ キャベツ オレンジ トマト だいこん なす
25日	26日	27日	28日	29日
わかめごはん 大根となめこの味噌汁 白身魚フライ えだまめ 枝豆サラダ	親子うどん きんとんパイ おかかマヨ和え	ごはん 大根と揚げの味噌汁 メンチカツ カラフルサラダ	角食パン りんごジャム オニオンスープ ミートボールのピザソース コールスローサラダ	<div style="border: 2px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> 昭和の日 </div>
赤 牛乳 にぼし ほき わかめ とうふ みそ 黄 こめ あぶら パンこ 緑 だいこん なめこ ながねぎ えだまめ にんじん もやし コーン	赤 牛乳 にぼし とりにく たまご つと ちくわ かつおぶし 黄 うどん パイきし あぶら マヨネーズ さつまいも 緑 にんじん しいたけ たまねぎ ながねぎ こまつな キャベツ コーン あかピーマン	赤 牛乳 にぼし あぶらあげ とりにく ぶたにく 黄 こめ あぶら パンこ 緑 たまねぎ キャベツ きゅうり コーン あかピーマン だいこん ながねぎ にんじん	赤 牛乳 にぼし とりにく ぶたにく カニカマ ウィンナー 黄 パン りんごジャム 緑 たまねぎ にんじん パセリ トマト マッシュルーム きゅうり コーン キャベツ	
588kcal 高 690kcal	636kcal 高 747kcal	597kcal 高 710kcal	686kcal 高 802kcal	

◎学校の行事やその他の都合で変更することがあります。◎冷蔵庫など見やすいところに貼ってください。

3つの食品のグループとそのおもなはたらき

あか
赤

き
黄

みどり
緑

体をつくるもとになる

肉、魚、卵、大豆・大豆製品、乳・乳製品など

エネルギーのもとになる

米、パン、めん、いもなど

体の調子をととのえる

野菜、きのこ、くだものなど

【2月に使用した野菜の主な産地】・じゃがいも…二セコ・人参…九州・大根…二セコ・玉ねぎ…二セコ、羊蹄山ろく・キャベツ…二セコ・きゅうり…九州・ごぼう…道内・レタス…四国・白菜…愛知・小松菜…二セコ・ほうれんそう…二セコ・生しいたけ…道内・しめじ…道内・なめこ…道内・ピーマン…九州・赤ピーマン…韓国・えのき…道内・しょうが…高知・長ネギ…道内・かぶ…愛知・青梗菜…道内・パセリ…愛知・かぼちゃ…メキシコ・さつまいも…徳島・にんにく…青森・もやし…道内・バナナ…フィリピン・みかん…和歌山

今月使用予定の二セコ産の食材

