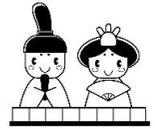


3月久野っ子給食だより



令和5年2月28日

小田原市立久野小学校

＜3月の給食目標＞ ^{がつ きゅうしょくもくひょう} ^{きゅうしょく はんせい} 給食の反省をしよう

日	献立名 <small>こんだて めい</small>	あか	き	みどり	栄養価 <small>えいようか</small>	備考 <small>びこう</small>
		おもに体を作る もとなる食品 <small>からだつく しよくひん</small>	おもにエネルギーの もとなる食品 <small>しよくひん</small>	おもに体の調子を 整える食品 <small>からだちょうし ととの しよくひん</small>	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) しぼう(g) えんぶん(g)	
1日 (水)	ぶたにくどん ワンタンスープ すだちゼリー ぎゅうにゅう	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう	むぎごはん あぶら さとう かたくりこ ワンタンのかわ すだちゼリー	にんじん しらたき たまねぎ しいたけ キャベツ ニラ	671 25.9 19.5 2.3	
2日 (木)	セルフコロッケバーガー (まるパン・コロッケ) ミネストローネ ぎゅうにゅう	ぶたにく ベーコン こなチーズ ぎゅうにゅう	まるパン あぶら コロッケ バター じゃがいも さとう マカロニ	ニンニク にんじん たまねぎ	700 23.2 30.1 2.6	
3日 (金)	しおラーメン やきシュウマイ ぎゅうにゅう	ぶたにく なると シュウマイ ぎゅうにゅう	ホットラーメン ごまあぶら	ニンニク しょうが にんじん しいたけ キャベツ もやし ニラ ながねぎ	600 28.3 19.1 2.8	
6日 (月)	カレーピラフ ひよこまめのようふうスープ しょうなんゴールドゼリー ぎゅうにゅう	ベーコン ウインナー ひよこまめ ぎゅうにゅう	アルファかまい バター あぶら じゃがいも しょうなんゴールドゼリー	たまねぎ にんじん コーン えんどうまめ ニンニク こまつな	632 19.3 21.2 2.4	
7日 (火)	ちゅうかおこわ はるさめとにくだんご スープ ぎゅうにゅう	ぶたにく にくだんご ぎゅうにゅう	もちごめ ごまあぶら さとう くり はるさめ	ニンニク にんじん きくらげ しいたけ たけのこ たまねぎ ながねぎ しょうが	672 23.2 15.1 2.2	
8日 (水)	ごはん にくじゃが さけのマヨネーズやき ぎゅうにゅう	ぶたにく さつまあげ さけ ぎゅうにゅう	ごはん あぶら じゃがいも さとう マヨネーズ	にんじん しらたき たまねぎ	658 32.1 18.9 1.6	
9日 (木)	はちみつレモンラスク はくさいのクリームスープ デコボン ぎゅうにゅう	ベーコン こなチーズ だっしふんにゅう ぎゅうにゅう	しよくパン さとう マーガリン はちみつ こむぎこ バター	レモン にんじん たまねぎ はくさい デコボン	652 19.9 29.0 2.6	
10日 (金)	ソフトめんミートソース もやしとコーンのソテー ぎゅうにゅう	ぶたにく とりにく だいず ベーコン ぎゅうにゅう	ソフトめん あぶら さとう バター こむぎこ	ニンニク たまねぎ にんじん マッシュルーム もやし コーン	662 26.8 19.4 2.7	
13日 (月)	ごはん マーボーはるさめ やきぎょうざ ぎゅうにゅう	ぶたにく ぎょうざ ぎゅうにゅう	ごはん ごまあぶら さとう はるさめ	ニンニク しょうが にんじん たまねぎ しいたけ たけのこ はるさめ	645 23.5 18.1 1.9	
14日 (火)	ハヤシライス カラフルソテー ぎゅうにゅう	ぶたにく ウインナー ぎゅうにゅう	むぎごはん あぶら こむぎこ バター	ニンニク にんじん たまねぎ コーン ピーマン キャベツ	714 20.8 24.7 2.1	
15日 (水)	たいめし とんじる のむヨーグルト	イシダイ メルルーサ ぶたにく みそ かつおぶし とうふ のむヨーグルト	さくらめし さとう あぶら さといも	ごぼう にんじん こんにゃく だいこん ながねぎ	578 28.0 7.9 2.6	
16日 (木)	セルフジャムパン (げんまいパン・ジャム&マーガリン) クリスピーチキン ABCスープ ぎゅうにゅう	とりにく けいらん ぶたにく ぎゅうにゅう	げんまいパン あぶら いちごジャム マーガリン こむぎこ パンコ マカロニ コーンフレーク じゃがいも	ニンニク にんじん たまねぎ キャベツ こまつな	734 32.1 31.0 2.5	た 4 め 年 学 校 習 の 中 外 止
17日 (金)	みそラーメン チーズフォンデュコロッケ ココアムース ぎゅうにゅう	ぶたにく なると みそ ぎゅうにゅう	ホットラーメン あぶら チーズフォンデュコロッケ ココアムース	にんじん もやし コーン めんま ながねぎ こまつな ニンニク	726 27.1 25.1 2.8	

※ 物質の都合により、献立を変更することがあります。太字は、6年生のリクエスト献立です。



6年生のみなさんにとっては、^{しょうがくせいさいご}小学生最後の、そして他の学年のみなさんにとっては、^{いま}今のクラスで^た食べる最後の給食が迫ってきました。

食事はおなかいっぱいにするためだけのものではありません。そして、^{えいよう}栄養だけが^{かんぺき}完璧なら良いというものでもありません。

みんなでおしゃべりをしながら^{たの}楽しく^{しょくじ}食事することは、今のところ難しいですが、^{いま}今日でも早く^{たの}楽しく^{しょくじ}食事ができる日が戻ってくることを願っています。



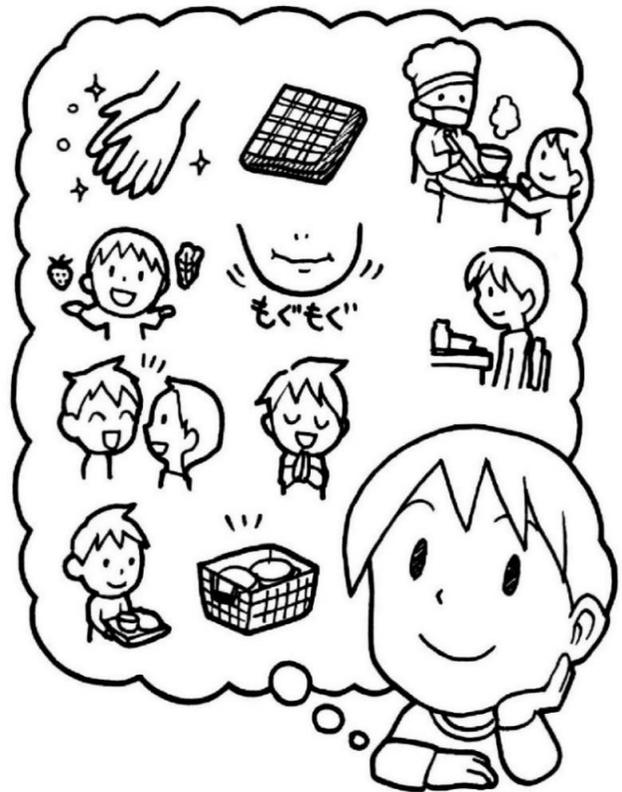
1年間をふりかえろう



1年間給食を、おいしく食べることができましたか？

1年間をふりかえって「はい」「いいえ」をつけてみましょう。

- ① ^{しょくじ}食事の^{まえ}前に^てきちんと^て手を洗った。
「はい」・「いいえ」
- ② ^{まいにち}きれいなハンカチを毎日持っていた。
「はい」・「いいえ」
- ③ ^{きょうりょく}協力して^{しょくじ}食事の^{じゅんび}準備ができた。
「はい」・「いいえ」
- ④ ^{かんしゃ}感謝の^{きも}気持ちをこめてあいさつをした。
「はい」・「いいえ」
- ⑤ ^たよく^たかんで^た食べた。
「はい」・「いいえ」
- ⑥ ^{しせい}よい姿勢で^た食べた。
「はい」・「いいえ」
- ⑦ ^す好き^{なん}きらい^たせず何でも^た食べた。
「はい」・「いいえ」
- ⑧ ^{しょっき}食器を^いてい^{ない}にあつかった。
「はい」・「いいえ」
- ⑨ ^{あとかたづ}後片付けを^ききちんとした。
「はい」・「いいえ」
- ⑩ ^{しょくじ}食事の^{あと}後に^てきちんと^て手を洗った。
「はい」・「いいえ」



「はい」が7つ以上の人はよくがんばりました。

<給食用食材の放射性物質検査結果について>

小田原市では、毎月、翌日に給食で使用する食材1品を選定し放射性物質の有無や量を調べています。詳しくは、小田原市のホームページをご覧ください。また、毎日使用している食材の産地は、児童玄関前のホワイトボードでお知らせしています。

<今月の神奈川県産(予定)>

ぎゅうにゅう・もちごめ・さといも
こまつな・ながねぎ・きくらげ
キャベツ・だいこん・インダイ
なると・さつまあげ・レモン

※天候などの状況により、
変更になる場合があります。

ランチョンマットは毎日持ち帰り、清潔なものを使用しましょう