

4月給食だより

2021年

雲南市加茂給食センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
12 むぎごはん 牛乳 ポークカレー ポテトとお米のささみカツ いろどりサラダ エネルギー (kcal) 幼 550 小 681 中 842	13 むぎごはん 牛乳 鮭の柚庵焼き 高菜の炒め煮 キャベツのみそ汁 エネルギー (kcal) 幼 477 小 584 中 711	14 むぎごはん 牛乳 ツナ丼の具 納豆あえ にこにこ団子みそ汁 さくらゼリー エネルギー (kcal) 幼 479 小 596 中 726	15 むぎごはん 牛乳 さばの味噌煮 なかよしポテトサラダ けんちん汁 エネルギー (kcal) 幼 581 小 684 中 866	16 進学・進級お祝い献立 ちらしずし/のり 牛乳 鶏肉の香味焼き 青菜のかつお和え すまし汁 いちごのクレープ エネルギー (kcal) 幼 591 小 684 中 778
19 むぎごはん 牛乳 カラフル肉みそごはんの具 切干大根のあえもの ごぼうのスープ エネルギー (kcal) 幼 513 小 660 中 858	20 コッペパン 牛乳 いちごジャム さわらのカレー風味揚げ 花畑サラダ 春キャベツのスープ エネルギー (kcal) 幼 460 小 573 中 657	21 むぎごはん 牛乳 チンジャオロースー キャベツの中華和え わかめスープ エネルギー (kcal) 幼 496 小 616 中 757	22 田舎うどん(麺) 牛乳 田舎うどん(汁) さけのごまがらめ 三色あえ 美生柑 エネルギー (kcal) 幼 484 小 604 中 744	23 雲南☆まいもんの日 たけのごはん 牛乳 春野菜の干草焼き キャベツのごまマヨネーズ まいたけのすまし汁 エネルギー (kcal) 幼 527 小 641 中 757
26 むぎごはん 牛乳 ぶた肉の生姜焼き ごまあえ たけのこのみそ汁 エネルギー (kcal) 幼 499 小 622 中 767	27 むぎごはん 牛乳 さわらのごまだれかけ めかぶあえ 筑前煮 エネルギー (kcal) 幼 544 小 674 中 818	28 むぎごはん 牛乳 スパイシーチキン ブロッコリーサラダ 春野菜のポトフ エネルギー (kcal) 幼 507 小 622 中 760	29 昭和の日 エネルギー (kcal) 幼 小 中	30 むぎごはん 牛乳 ビビンバ(肉) ビビンバ(ナムル) 中華風スープ オレンジ エネルギー (kcal) 幼 535 小 667 中 824

※都合により、献立の一部を変更することがあります。

ご入園、ご入学、ご進級おめでとうございます。

新学期が始まりました。みなさんは新しい学年となり期待とやる気にあふれていることでしょう。学校給食はみなさんの心と体の成長を支えるために、給食センター全員で力を合わせて作っています。好きな献立ばかりではないかもしれませんが、残さずしっかり食べてもらえるとうれしいです。給食を通して、地元のことや食べることがもっと好きになって欲しいと願っています。

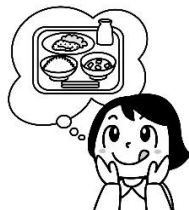
～雲南市の給食を紹介します～

ごはん 雲南市産のこしひかりを使用し、給食センターですい飯炊きます。食物繊維やビタミンを補うために、小麦を入れて炊いています。

パン パンは月1回の火曜日、めんは月2回程度の木曜日に提供を行います。

おかず 地元の生産者さんや、大きな市場に買い付けにいかせてくださる地元業者さんに出荷していただいています。地場産物をたくさん使い、旬の味や伝統の味を大切にしています。

牛乳 毎日1本、木次乳業さんからのパステライズ牛乳がつかます。



雲南市統一献立

「雲南☆まいもんの日」

雲南市の給食では、月1回「雲南☆まいもんの日」を実施します。

雲南市周辺では、おいしい食べ物のことを「(う)まいもん」ということから、雲南市で作られるおいしい食べ物を取り入れた給食を考えています。今月は、雲南市の山々でとれた春の食材を使って「たけのごはん」にしました。また、「春野菜の干草焼き」には島根県が作った野菜でもある、あすっこが入っています。春の味覚を味わっていただきましょう。



今月の給食目標

～給食について知り、楽しく食べよう～

学校給食では、みなさんの体と心の成長を支えるために、安心安全で栄養のバランスがよく、おいしい給食になるよう心がけています。給食を通して、様々な食べ物や料理を知り、食べる楽しみを増やしていかたいですね。



おしらせ

5月から「雲南☆まいもんの日」は新たな取り組みを始めます。どんなメニューが登場するか楽しみにしていただきね。



今月の地元野菜
 キャベツ・ほうれんそう
 こまつな・たかな
 あすっこ・ねぎ
 たけのこ・パセリ