

鹿児島市立学校給食センター  
平成22年 豊見城市立学校給食センター (☎850-4585)

# 4月の予定献立表



⑦…アレルギー対象原材料を含みます。  
卵・卵乳及び乳製品  
ビ…落花生(ピーナツ) 菓…小麦  
鶏…鶏 肉

牛…牛 肉 ア…アサリ り…りんご  
乳…乳及び乳製品 ご…ごま 大豆…大麦 エ…エビ  
マ…マンゴー 腎…豚 肉 イ…イカ  
バ…バイン 肝…さば カ…カニ

給食費は納め忘れずにおすすめします。

い 口 座 振 替 を お す す め し ま す。

## 八学・進学専門でとうございます

元気いっぱいの新入生を迎え、新学期の給食が始まります。学校給食は子どもたちが栄養のバランスのとれた食事を先生や友達と一緒に食べながら、心のふれあいの中で心と体の健康を増進させ、体位の向上を図ろうとするものです。本年度も楽しく、安全でおいしい給食を目指していきますので、ご理解・ご協力をお願いいたします。

豊見城給食センター一同

### 4月の栄養指導目標

- ☆よい食べ方☆  
1. 姿勢でよくかんで食べましょう。  
2. 清潔な習慣を身につけましょう。  
3. 食事のマナーを身につけましょう。



## ★給食が始まりまーす★あうちの方へ

給食の時間を通して、子どもたちは色々な食事マナーを学びます。ご家庭での食事指導にも参考にしてみてください。

### ◎よい姿勢で食べましょう

いすに深くこしかけて、背中を伸ばして座ります。お皿は、箸を持つ手とは逆の手で持て食べましょう。肘をつけたり、片方の手を使わずお皿を口に近づけて食べることは絶対にできません。

### ◎あいつを忘れない

食べるときは…「いただきます」食べ終わったら…「ごちそうさま」食べ物や、その食べ物を作った人・作った人・料理する人に感謝して食べましょう。

### ◎気持ちよく食べましょう

友達や先生と会話をしながら、楽しく食べましょう。食べているときに立ち歩いたり、食べ物を口に入れたまましゃべりしたり、友達がいやがるような話はやめましょう。

## 小学1年生の保護者の方へ



小学校へ入学すると、学校給食が始まります。初めての経験なので慣れていただけたらいいです。9日(金)～13日(火)までは補充給食になりますのでよろしくお願いいたします。14日(水)から完全給食になります。

9日(金) 牛乳、ロールパン、いかんこゼリー

12日(月) 牛乳、コッペパン、ほうれん草オムレツ、野菜コロッケ

13日(火) 牛乳、みかん、ほうれん草オムレツ、キャベツのクリークマム

14日(水) 牛乳、フルーツ白玉、チキンカレー

15日(木) 牛乳、ピピンバ、わかめスープ

16日(金) 牛乳、春巻、ごはん

17日(土) 牛乳、豆腐炒め、豆乳

18日(日) 牛乳、ごはん、豆乳

19日(月) 牛乳、ミニトマト、ごはん

20日(火) 牛乳、グルクンフライ、ごはん

21日(水) 牛乳、豚どん、肉じゃが、ごはん

22日(木) 牛乳、レーズンクリーム、ゆで野菜

23日(金) 牛乳、オレンジ、野菜炒め

24日(土) 牛乳、ごはん、豆乳

25日(日) 牛乳、ごはん、豆乳

26日(月) 牛乳、白菜のツナあえ、ごはん

27日(火) 牛乳、ハンバーグの風味ソースかけ、ごはん

28日(水) 牛乳、紅いも団子、野菜スープ

29日(木) 牛乳、昭和の日

30日(金) 牛乳、貝柱風フライ

31日(土) 牛乳、カレーランチ

32日(日) 牛乳、ごはん

33日(月) 牛乳、ごはん

34日(火) 牛乳、ごはん

35日(水) 牛乳、ごはん

36日(木) 牛乳、ごはん

37日(金) 牛乳、ごはん

38日(土) 牛乳、ごはん

39日(日) 牛乳、ごはん

40日(月) 牛乳、ごはん

41日(火) 牛乳、ごはん

42日(水) 牛乳、ごはん

43日(木) 牛乳、ごはん

44日(金) 牛乳、ごはん

45日(土) 牛乳、ごはん

46日(日) 牛乳、ごはん

47日(月) 牛乳、ごはん

48日(火) 牛乳、ごはん

49日(水) 牛乳、ごはん

50日(木) 牛乳、ごはん

51日(金) 牛乳、ごはん

52日(土) 牛乳、ごはん

53日(日) 牛乳、ごはん

54日(月) 牛乳、ごはん

55日(火) 牛乳、ごはん

56日(水) 牛乳、ごはん

57日(木) 牛乳、ごはん

58日(金) 牛乳、ごはん

59日(土) 牛乳、ごはん

60日(日) 牛乳、ごはん

61日(月) 牛乳、ごはん

62日(火) 牛乳、ごはん

63日(水) 牛乳、ごはん

64日(木) 牛乳、ごはん

65日(金) 牛乳、ごはん

66日(土) 牛乳、ごはん

67日(日) 牛乳、ごはん

68日(月) 牛乳、ごはん

69日(火) 牛乳、ごはん

70日(水) 牛乳、ごはん

71日(木) 牛乳、ごはん

72日(金) 牛乳、ごはん

73日(土) 牛乳、ごはん

74日(日) 牛乳、ごはん

75日(月) 牛乳、ごはん

76日(火) 牛乳、ごはん

77日(水) 牛乳、ごはん

78日(木) 牛乳、ごはん

79日(金) 牛乳、ごはん

80日(土) 牛乳、ごはん

81日(日) 牛乳、ごはん

82日(月) 牛乳、ごはん

83日(火) 牛乳、ごはん

84日(水) 牛乳、ごはん

85日(木) 牛乳、ごはん

86日(金) 牛乳、ごはん

87日(土) 牛乳、ごはん

88日(日) 牛乳、ごはん

89日(月) 牛乳、ごはん

90日(火) 牛乳、ごはん

91日(水) 牛乳、ごはん

92日(木) 牛乳、ごはん

93日(金) 牛乳、ごはん

94日(土) 牛乳、ごはん

95日(日) 牛乳、ごはん

96日(月) 牛乳、ごはん

97日(火) 牛乳、ごはん

98日(水) 牛乳、ごはん

99日(木) 牛乳、ごはん

100日(金) 牛乳、ごはん

101日(土) 牛乳、ごはん

102日(日) 牛乳、ごはん

103日(月) 牛乳、ごはん

104日(火) 牛乳、ごはん

105日(水) 牛乳、ごはん

106日(木) 牛乳、ごはん

107日(金) 牛乳、ごはん

108日(土) 牛乳、ごはん

109日(日) 牛乳、ごはん

110日(月) 牛乳、ごはん

111日(火) 牛乳、ごはん

112日(水) 牛乳、ごはん

113日(木) 牛乳、ごはん

114日(金) 牛乳、ごはん

115日(土) 牛乳、ごはん

116日(日) 牛乳、ごはん

117日(月) 牛乳、ごはん

118日(火) 牛乳、ごはん

119日(水) 牛乳、ごはん

120日(木) 牛乳、ごはん

121日(金) 牛乳、ごはん

122日(土) 牛乳、ごはん

123日(日) 牛乳、ごはん

124日(月) 牛乳、ごはん

125日(火) 牛乳、ごはん

126日(水) 牛乳、ごはん

127日(木) 牛乳、ごはん

128日(金) 牛乳、ごはん

129日(土) 牛乳、ごはん

130日(日) 牛乳、ごはん

131日(月) 牛乳、ごはん

132日(火) 牛乳、ごはん

133日(水) 牛乳、ごはん

134日(木) 牛乳、ごはん

135日(金) 牛乳、ごはん

136日(土) 牛乳、ごはん

137日(日) 牛乳、ごはん

138日(月) 牛乳、ごはん

139日(火) 牛乳、ごはん

140日(水) 牛乳、ごはん

141日(木) 牛乳、ごはん

142日(金) 牛乳、ごはん

143日(土) 牛乳、ごはん

144日(日) 牛乳、ごはん

145日(月) 牛乳、ごはん

146日(火) 牛乳、ごはん

147日(水) 牛乳、ごはん

148日(木) 牛乳、ごはん

149日(金) 牛乳、ごはん

150日(土) 牛乳、ごはん

151日(日) 牛乳、ごはん

152日(月) 牛乳、ごはん

153日(火) 牛乳、ごはん

154日(水) 牛乳、ごはん

155日(木) 牛乳、ごはん

156日(金) 牛乳、ごはん

157日(土) 牛乳、ごはん

158日(日) 牛乳、ごはん

159日(月) 牛乳、ごはん

160日(火) 牛乳、ごはん

161日(水) 牛乳、ごはん

162日(木) 牛乳、ごはん

163日(金) 牛乳、ごはん

164日(土) 牛乳、ごはん

165日(日) 牛乳、ごはん

166日(月) 牛乳、ごはん

167日(火) 牛乳、ごはん

168日(水) 牛乳、ごはん

169日(木) 牛乳、ごはん

170日(金) 牛乳、ごはん

171日(土) 牛乳、ごはん

172日(日) 牛乳、ごはん

173日(月) 牛乳、ごはん

174日(火) 牛乳、ごはん

175日(水) 牛乳、ごはん

176日(木) 牛乳、ごはん

177日(金) 牛乳、ごはん

178日(土) 牛乳、ごはん

179日(日) 牛乳、ごはん

180日(月) 牛乳、ごはん

181日(火) 牛乳、ごはん

182日(水) 牛乳、ごはん

183日(木) 牛乳、ごはん

184日(金) 牛乳、ごはん

185日(土) 牛乳、ごはん

186日(日) 牛乳、ごはん

187日(月) 牛乳、ごはん

188日(火) 牛乳、ごはん

189日(水) 牛乳、ごはん

190日(木) 牛乳、ごはん

191日(金) 牛乳、ごはん

192日(土) 牛乳、ごはん

193日(日) 牛乳、ごはん

194日(月) 牛乳、ごはん

195日(火) 牛乳、ごはん

196日(水) 牛乳、ごはん

197日(木) 牛乳、ごはん

198日(金) 牛乳、ごはん

199日(土) 牛乳、ごはん

200日(日) 牛乳、ごはん

201日(月) 牛乳、ごはん

202日(火) 牛乳、ごはん

203日(水) 牛乳、ごはん

204日(木) 牛乳、ごはん

205日(金) 牛乳、ごはん

206日(土) 牛乳、ごはん

207日(日) 牛乳、ごはん

208日(月) 牛乳、ごはん

209日(火) 牛乳、ごはん

210日(水) 牛乳、ごはん

211日(木) 牛乳、ごはん

212日(金) 牛乳、ごはん

213日(土) 牛乳、ごはん

214日(日) 牛乳、ごはん

215日(月) 牛乳、ごはん

216日(火) 牛乳、ごはん

217日(水) 牛乳、ごはん

218日(木) 牛乳、ごはん

219日(金) 牛乳、ごはん

220日(土) 牛乳、ごはん

221日(日) 牛乳、ごはん

222日(月) 牛乳、ごはん

223日(火) 牛乳、ごはん

224日(水) 牛乳、ごはん

225日(木) 牛乳、ごはん

226日(金) 牛乳、ごはん

227日(土) 牛乳、ごはん

228日(日) 牛乳、ごはん