



日曜日		献立名		主な材料名			エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g) カルシウム (mg)	
日	曜日	主食	おかず	牛乳	熱や力になる(黄)	血や肉をつくる(赤)	体の調子を整える(緑)	
12	月	バターロール	ハーブチキン 米粉めんのスープ ツナサラダ		バターロール 米粉めん なたね油 砂糖	牛乳 鶏肉 ツナ ベーコン	キャベツ チンゲン菜 人参 きゅうり 根生姜	775 38.1 328
13	火	野田・豊岡・東金子・藤沢・武蔵 さとう揚げパン	鶏肉のプロヴァンス風 フレンチサラダ		ツイストパン なたね油 オリーブ油 砂糖 バター	牛乳 鶏肉 サワークリーム	玉ねぎ キャベツ トマト 生マッシュルーム 人参 きゅうり コーン にんにく	897 35.6 313
		黒須・東町・西武・金子・向原・上藤沢 マーブル食パン	鶏肉のプロヴァンス風 フレンチサラダ		マーブル食パン なたね油 オリーブ油 砂糖 バター	牛乳 鶏肉 サワークリーム	玉ねぎ キャベツ トマト 生マッシュルーム 人参 きゅうり コーン にんにく	785 36.6 337
14	水	入学・進級おめでとう献立 赤飯 (ごま塩)	おかか煮 もずく汁		赤飯 黒ごま なたね油 砂糖	牛乳 鶏肉 さつま揚げ かまぼこ 花かつお もずく	こんにゃく たけのこ 玉ねぎ 人参 さやえんどう みつば	784 32.6 313
		みそそばごはん	こんにゃくの炒り煮 すまし汁		ごはん バター 砂糖 なたね油	牛乳 鶏肉 豚肉 うずら卵 かまぼこ 赤みそ わかめ	こんにゃく 玉ねぎ 人参 万能ねぎ	796 37.7 325
16	金	カレーライス	華風サラダ		麦ごはん じゃが芋 小麦粉 バター 春雨 なたね油 ごま油 砂糖	牛乳 豚肉	玉ねぎ もやし キャベツ 人参 にんにく 根生姜	856 28.6 288
19	月	ビビンバ	わかめスープ		麦ごはん 砂糖 白ごま ごま油 でん粉	牛乳 豚肉 赤みそ わかめ	小大豆もやし ほうれん草 人参 万能ねぎ 長ねぎ 干しいたけ にんにく	795 36.6 286
20	火	鶏南蛮うどん	笹かまの磯辺揚げ おひたし		袋入り地粉うどん なたね油 小麦粉 でん粉	牛乳 笹かまぼこ 鶏肉 油揚げ 青のり	もやし 玉ねぎ 小松菜 長ねぎ 人参	896 39.4 355
21	水	ライスボール	スパゲティミートソース 海草サラダ		さきたまライスボール スパゲティ なたね油 小麦粉 砂糖 ごま油	牛乳 豚肉 サワークリーム わかめ	玉ねぎ キャベツ コーン 人参 生マッシュルーム きゅうり パセリ	824 36.2 309
22	木	ごはん	鯖の甘辛揚げ 五目ピーファン 山海汁		ごはん でん粉 ビーフン なたね油 砂糖 ごま油	牛乳 鯖 うずら卵 豚肉 かまぼこ わかめ	キャベツ 長ねぎ 人参 にら	897 38.3 299
23	金	たけのこごはん	いかのさらさ焼き みそ汁		発芽玄米入りごはん 砂糖 なたね油	牛乳 イカ 鶏肉 油揚げ 白みそ 赤みそ	たけのこ キャベツ 小松菜 人参 かんぴょう	785 38.0 350
26	月	発芽玄米入りごはん	マーボー豆腐 じゃこの炒り煮 塩味ナムル		発芽玄米入りごはん でん粉 砂糖 白ごま ごま油 なたね油	牛乳 豆腐 豚肉 赤みそ ちりめんじゃこ	もやし 長ねぎ 小松菜 人参 にら 根生姜 にんにく	790 37.0 523
27	火	ポークハヤシライス	ごぼうのみそドレッシングサラダ		ごはん 小麦粉 バター なたね油 砂糖 白ごま ごま油	牛乳 豚肉 白みそ 生クリーム	玉ねぎ ごぼう 人参 コーン 生マッシュルーム きゅうり にんにく	850 30.9 296
28	水	チーズサンド	焼きそば みかん入りフルーツポンチ		蒸し中華めん 子どもパン なたね油 砂糖	牛乳 豚肉 スライスチーズ 青のり	白桃 黄桃 りんご ラフランス もやし キャベツ 玉ねぎ みかん 人参	894 30.9 440
30	金	タンメン	黒糖蒸しパン きゅうりの中華風漬物		ホットラーメン バター 黒糖蒸しパンミックス でん粉 なたね油 ごま油 砂糖	牛乳 豚肉 甘納豆	きゅうり キャベツ もやし 人参 チンゲン菜 長ねぎ 根生姜 にんにく	829 33.3 360
給食回数		《14回》		平均栄養量 【野田・豊岡・東金子・藤沢・武蔵】			833 35.2 342	
				平均栄養量 【黒須・東町・西武・金子・向原・上藤沢】			825 35.3 344	

※都合により献立を変更することがあります。

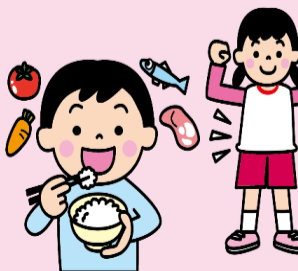
ご入学・ご進級おめでとうございます



春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。「食育」は、知育、徳育、体育の基礎となる大切なものです。食育基本法の前文には、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である」とあります。学校の食育の中心は「学校給食」です。安全安心でおいしい給食を通して、子どもたちに食のすばらしさを伝えていきます。今年も1年間、よろしくお願い致します。

学校給食の役割

栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健康の保持増進・体位の向上を図ります。



給食時間における準備から片付けの実践活動を通して、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けます。



給食に地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。

