

日付 曜日	 ○おもにエネルギーのもとになる:きいろの仲間 △おもに体をつくるのもとになる:あかの仲間 □おもに体の調子を整えるのもとになる:みどりの仲間 ●▲■:地産地消食材(上山市産、山形県産) 米:上山市トップブランド米 牛乳:毎回付きます		エネルギー 小学校 中学校
2 げつ	ごはん	根菜入平つくね (△根菜入平つくね) ↓オイスタソース トウバンジャン)	564 702
		春雨炒め (○春雨 ▲豚肉 □小松菜 □キャベツ □玉ねぎ □にんじん □干しいたけ □生姜 ○ごま油 塩 中華スープ しょうゆ)	
		里芋のみそ汁 (●里芋 □えのきたけ △油揚げ ▲みそ だし)	
3 か 火	もも 桃の節句献立 ちらしずし	えびフライ (△えびフライ ○油)	628 777
		からし和え (□ほうれん草 △糸かまぼこ □にんじん □もやし からし しょうゆ ○さとう)	
		すまし汁 (△ほたて △花なると △豆腐 △わかめ しょうゆ 塩 だし)	
4 すい 水	ごはん	たらみそ幽庵焼き (△たらみそ幽庵焼き)	505 643
		野菜のナムル (△中華くらげ □ほうれん草 □もやし □にんじん しょうゆ ○ごま油 ○ごま)	
		豚汁 (▲豚肉 □にんじん △豆腐 □大根 □ごぼう □ねぎ ▲みそ だし)	
5 もく 木	よくかんで食べよう献立 ごはん	いかメンチカツ (△いかメンチカツ ○油) ↓○ごま油)	621 770
		鶏そぼろひじき煮 (△ひじき □にんじん □干しいたけ □枝豆 □糸こんにやく △鶏ひき肉 □ごぼう しょうゆ 酒 みりん ○さとう)	
		スーミータン (△たまご □玉ねぎ □にんじん □とうもろこし □干しいたけ ○でんぷん しょうゆ 中華スープ 塩 こしょう)	
6 きん 金	西舞小中リクエスト献立 ごはん	県産豚肉カレー (▲豚肉 ○じゃがいも □玉ねぎ □にんじん □にんにく カレールウ ○油)	687 866
		トマトオムレツ (△トマトオムレツ)	
		フルーツヨーグルト (■黄桃 ■白桃 ■ラ・フランス ■りんご □みかん △ヨーグルト) スプーンがつかます。	
9 げつ 月	いわ お祝い献立 赤飯 (ごま塩付き)	赤魚の煮付け (△赤魚の煮付け)	551 696
		メンマ炒め煮 (□メンマ ▲豚肉 □にんじん □糸こんにやく □ピーマン ○ごま油 しょうゆ みりん 酒 ○さとう ○ごま)	
		とりごぼうスープ (△とり肉 □ごぼう △豆腐 □にんじん しょうゆ ブイヨン 塩 こしょう)	
10 か 火	ライ麦 ライ麦コッペパン	クリスピーチキン (△クリスピーチキン ○油)	670 928
		チーズサラダ (□キャベツ □きゅうり □にんじん △ハム △チーズ 和風玉ねぎドレッシング)	
		コーンスープ (△ベーコン □玉ねぎ □とうもろこし ○バター ▲牛乳 コンソメ ●米粉 ポタージュールウ こしょう) スプーンがつかます。	
11 すい 水	ごはん	さばのみそ煮 (△さばのみそ煮)	590 723
		パンサンスウ (□きゅうり □もやし ○春雨 □にんじん △中華くらげ 酢 ○さとう しょうゆ ○ごま油)	
		きのこ汁 (△豆腐 □ぶなしめじ □えのきたけ □干しいたけ □にんじん △油揚げ しょうゆ だし)	
12 もく 木	ごはん	パオズ (△パオズ)	526 730
		切干大根煮 (□切干大根 □にんじん △さつま揚げ □糸こんにやく □小松菜 ○油 酒 しょうゆ ○さとう)	
		キムチ汁 (□白菜キムチ □にんじん □白菜 □ねぎ ▲豚肉 □ぶなしめじ ○ごま油 ▲みそ)	
13 きん 金	ごはん	チキンチキンごぼう (△とり肉 □ごぼう ○でんぷん ○油 □枝豆 しょうゆ ○さとう みりん 酒)	628 810
		海そうサラダ (△海そうミックス △わかめ □キャベツ □きゅうり □こんにやく 寒天 青じそドレッシング)	
		小松菜のみそ汁 (□小松菜 △油揚げ △豆腐 ▲みそ だし)	
16 げつ 月	ごはん	山形牛コロッケ (▲山形牛コロッケ ○油)	602 -
		しそ風味和え (△糸かまぼこ □もやし □ほうれん草 □にんじん □キャベツ しょうゆ ○ごま □ゆかり)	
		もずくのみそ汁 (△もずく △豆腐 □にんじん ▲みそ だし)	

※ 安全を第一に留意し、献立内容を一部変更する場合がありますのでご了承ください。転載を禁じます。

卒業・進級おめでとう!



まいにち しょくたく。その向こう側には、食べ物を作る人、とる人、育てる人、運ぶ人、お客さんのために品物をそろえておみせを切り盛りする人、そして材料を集め、食べる人の健康をかんがえながら献立を決め、心を込めて料理を作る人たちがいます。そんな社会の営みによって、ふだんの食生活が成り立っていることに思いを馳せ、感謝する心を忘れないでください。また食べ物を通して地球温暖化や環境問題、貧困や格差といった社会課題にも思いや心を寄せることができる、優しい人であってほしいと思います。

1年間ありがとうございました

今年度も1年間、学校給食に深いご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。

また、みなさんからの温かいメッセージも大変励みになりました。新年度も職員一同、力を合わせて安全でおいしい給食づくり、子どもたちの体とこころを育む食育に力を注いでいきたいと思っております。

どうぞ、よろしくお願いいいたします。

