

令和8年度

こんだてひょう



氷見市立湖南小学校

日曜	行事食等	こんだて	使用する食品名		
			ちきんにく 血や筋肉になる	たいおん ちから 体温や力になる	からだ ちようし ととの 体の調子を整える
10金	入学祝い献立	バターコッペパン 牛乳 花型ハンバーグのアップルソースかけ 花野菜サラダ 卵とコーンのスープ お祝いいちごゼリー	ぎゅうにゅう ハンバーグ たまご	バターコッペパン さとう マヨネーズ でんぶん いちごゼリー	りんご レモン ブロッコリー カリフラワー にんじん きゅうり たまねぎ はくさい コーン
13月		ご飯 牛乳 野菜シューマイ もやしのナムル にら玉汁	ぎゅうにゅう シューマイ みそ たまご	ごはん ごまあぶら ごま じゃがいも でんぶん	こまつな キャベツ もやし にら たまねぎ にんじん
14火		ご飯 牛乳 ポテトとお米のササミカツ ブロッコリーとキャベツの昆布あえ 厚揚げの煮物	ぎゅうにゅう ポテトとお米のササミカツ こんぶ とりにく あつあげ	ごはん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	ブロッコリー キャベツ きゅうり しょうが にんじん だいこん ほししいたけ さやいんげん
15水		ご飯 牛乳 さばの塩焼き コーンあえ なめこ汁 桃の杏仁豆腐	ぎゅうにゅう さば とうふ みそ	ごはん もものあんにんどうふ	キャベツ もやし ほうれんそう コーン なめこ だいこん にんじん ねぎ
16木		ご飯 牛乳 いわしの梅煮 金平ごぼう 白菜と油揚げのみそ汁	ぎゅうにゅう いわしのうめに さつまあげ あぶらあげ みそ	ごはん ごまあぶら さとう ごま	ごぼう にんじん さやいんげん たまねぎ はくさい ねぎ
17金		黒糖食パン 飲むヨーグルト コーンコロッセ 海藻サラダ ミネストローネ あまおうクレープ	のむヨーグルト かいそう ベーコン	こくとうしょくパン コーンコロッセ あぶら じゃがいも オリーブオイル マカロニ あまおうクレープ	キャベツ きゅうり コーン レモン にんじん たまねぎ セロリ にんにく トマト パセリ
20月		ご飯 牛乳 春巻き 春雨サラダ ワンタンスープ	ぎゅうにゅう はるまき ぶたにく	ごはん あぶら はるさめ さとう ごまあぶら ワンタン	もやし きゅうり コーン しょうが にんじん たけのこ チンゲンサイ はくさい ねぎ
21火	給食の旅 山梨県	小麦ご飯 牛乳 ベーコンエッグ コーンサラダ ビーフストロガノフ ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう かいそう ぎゅうにく チーズ なまクリーム	むぎごはん あぶら コーンドレッシング ぶどうゼリー	キャベツ だいこん にんじん コーン えだまめ たまねぎ しめじ にんにく トマト
22水		ご飯 牛乳 キャベツメンチカツ 青菜の切り干しあえ 豚汁	ぎゅうにゅう キャベツメンチカツ ぶたにく みそ	ごはん ごま さつまいも	ほうれんそう キャベツ きりぼしだいこん しょうが だいこん にんじん ごぼう ねぎ

4・5月 給食の目当て

○衛生に気をつけて食事をしよう

- 1・2年生…石けんでていねいに手を洗おう。
- 3・4年生…手の洗い方や服装に気を付けよう。
- 5・6年生…協力して能率よく準備や後片付けをしよう。



日曜	行事食等	こんだて	使用する食品名		
			ちきんにく 血や筋肉になる	たいおん ちから 体温や力になる	からだ ちようし ととの 体の調子を整える
23木		ご飯 牛乳 白身魚フライ 白菜とキャベツのあえもの けんちん汁 穀物ふりかけ	ぎゅうにゅう しろみぎかなフライ ぶたにく とうふ	ごはん あぶら ごま さとも こくもつふりかけ	はくさい キャベツ きゅうり だいこん にんじん ねぎ ほししいたけ
24金		米粉パン 牛乳 鶏肉の香味焼き アスパラサラダ コーンポタージュ	ぎゅうにゅう とりにく みそ ベーコン なまクリーム	ごはん ごまあぶら	アスパラガス にんじん キャベツ ブロッコリー セロリ たまねぎ コーン
26日		小麦ご飯 牛乳 プレーンオムレツ ブロッコリーのごまあえ ポークカレー	ぎゅうにゅう プレーンオムレツ ぶたにく	むぎごはん ごま あぶら じゃがいも	ブロッコリー キャベツ にんじん にんにく しょうが たまねぎ
27月		ご飯 牛乳 タンドリーチキン ごぼうサラダ わかめスープ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ヨーグルト ベーコン わかめ	ごはん マヨネーズ でんぶん	ごぼう にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ えのきたけ ねぎ
28火		ご飯 牛乳 さばの銀紙焼き 即席漬け 鶏ごぼう汁 いちごヨーグルト	ぎゅうにゅう さばのぎんがみやき とり ぶたにく	ごはん いちごヨーグルト	こまつな きゅうり もやし しょうが ごぼう にんじん たまねぎ ねぎ
30木	4月の お祝い デー	ピラフ 牛乳 鶏のから揚げ ボイル野菜 フルーツポンチ	ぎゅうにゅう とりにく	ピラフ でんぶん あぶら ゼリー ナタデココ しらたまだんご	しょうが キャベツ にんじん ブロッコリー もも パイン みかん

※太字は氷見産の食材です。

にほんれっとう ぎゅうしょく たび 日本列島 給食の旅!

日本には、47の都道府県があり、それぞれの郷土料理や食文化があります。今年も1年間を通して、各都道府県のおいしい学校給食を食べる「給食の旅」をしていきます。今月は「山梨県」です。お楽しみに!

