



給食室で、清潔な箸・スプーン・フォークを必要に応じて準備します。

げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび



こんだてのなかから

- 12日 春の香りたっぷりの、苦手な人の多い野菜が満載のサラダ。でも特製ドレッシングや唐揚げのおかげで「なぜかこれだと食べられる！」とも言われるレシピです。
- 15日 長野県の郷土料理を組み合わせました。諏訪湖で釣れる「わかさぎ」のから揚げと、根曲がり竹の美味しい季節に作る？を入れたみそ汁です。副菜は春が旬のうどを使ったきんぴらです。
- 17日 春が旬のわかめや山菜を使った煮込みうどんと、旬のみつばを使ったかき揚げです。デザートは旬の河内晩柑です。
- 18日 春が旬の苦みのあるものを食べて身体の中から老廃物を出せるようにと考えています。そこで給食室で生のものをゆでた「筍」や「蒟」を使った春の香りたっぷりの煮物を作ります。純和食なので、この日は牛乳を出さずに小さめな飲むヨーグルトをつけました。
- 19日 この日から1年生の給食が開始です。家庭で食べ慣れているメニューを並べますが、1年生が「志木小の給食大好き！」になれるでしょうか。
- 25日 志木小で一番人気の揚げパンが出ます。4月は全員がココアときなこの二色です。
- 26日 この日も生の筍を給食室でゆでて、甘くておいしい筍ご飯を作ります。主菜は国産のさわらを焼きます。

4月は
 「楽しく給食を始めよう！」
 「春をいっぱい感じよう！」
 「志木小の給食を好きになってもらおう！」
 というコンセプトで献立をたてました。

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
 ※一ヶ月の給食費は4100円です。(1年生は、4月の集金額が違います。)



19日は毎月「食育の日」で和食の一汁二菜の献立ですが、今年1年生の給食がはじまる日なので、17日に入れました。



表示の説明	上段数字 下段数字	エネルギーkcal たんぱく質g
おもにねつ やちからの もとになる	おもにから だをつくる もとになる	からだの ちようしを ととのえる

15日 15日 15日

16日 16日 16日

17日 17日 17日

18日 18日 18日

19日 19日 19日

長野県郷土料理 586kcal 22.5g

こめ	こめあぶら	きゅうり	うど	ごぼう
じゅうご	こくまい	わかさぎ	れんこん	れんこん
でんぶん	こま	あおのり	いとこ	いとこ
さんおんとう	さんおんとう	さばみ	みそ	みそ

さきたまうどん 511kcal 20.2g

さきたま	うどん	きゅうり	あぶら	わかめ
なたね	あぶら	えび	たまご	たまご

2日早い食育の日南粒 753kcal 25.6g

こめ	こめあぶら	きゅうり	たまねぎ	きゅうり
はつが	あぶら	たまご	たまご	たまご
じゃがいも	たまご	たまご	たまご	たまご
こめ	こめあぶら	きゅうり	たまねぎ	きゅうり
はつが	あぶら	たまご	たまご	たまご
じゃがいも	たまご	たまご	たまご	たまご

こめ むぎ 562kcal 25.5g

こめ	むぎ	ヨーグルト	ゆかり	たまご
さんおんとう	さんおんとう	たまご	たまご	たまご

1年生給食開始 571kcal 20.6g

パン	きびとう	きゅうり	にんにく	パセリ
さんおんとう	さんおんとう	たまご	たまご	たまご

22日 22日 22日

23日 23日 23日

24日 24日 24日

25日 25日 25日

26日 26日 26日

798kcal 20.1g

こめ	むぎ	きゅうり	しょうが	しょうが
こめあぶら	こめあぶら	たまご	たまご	たまご
じゃがいも	たまご	たまご	たまご	たまご

634kcal 22.5g

むし	ちゅうかめん	きゅうり	にんにく	しょうが
さんおんとう	さんおんとう	たまご	たまご	たまご

655kcal 29.1g

はい	がまい	きゅうり	たまねぎ	たまご
バター	あぶら	たまご	たまご	たまご

640kcal 26.6g

パン	なたね	きゅうり	にんにく	たまご
さんおんとう	さんおんとう	たまご	たまご	たまご

601kcal 30.5g

こめ	さんおんとう	きゅうり	にんにく	パセリ
こめあぶら	こめあぶら	たまご	たまご	たまご