

# こんだてのおしらせ



鶴田町学校給食センター

日 曜	こんだて		熱や力になる食品	血や肉になる食品	体の調子を整える食品	おしらせ
	しゅしょく	牛乳	主に炭水化物、しぼう	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	
8 水	ごはん		おかず			入学・進級をお祝いして、豆乳いちごプリンがつきます。 <b>入学</b> 小：590 中：717
9 木	ゆでちゅうか		わかめラーメン	ゆでちゅうか		塩分をとりすぎないために、めんるいのしるはのみほさず、半分ほど残すようにしましょう。 小：573 中：653
10 金	むぎごはん		キーマカレー	ごはん		小：810 中：938
13 月	ごはん		なんこついつつくね	ごはん		1日のスタートは朝ごはんから！ 小：691 中：831
14 火	わかごはん		あつやきたまご	ごはん		小：562 中：657
15 水	こめこパン		ハムカツ	こめこパン		小：595 中：767
16 木	ごはん		さけのしおやき	ごはん		小：588 中：699
17 金	ごはん		チキンナゲット(2こ)	ごはん		小：588 中：675
20 月	ごはん		ブレンオムレツ	ごはん		小：609 中：770
21 火	どんぶりごはん		ぶたどん	ごはん		小：666 中：770
22 水	ごはん		にしんのみそに	ごはん		小：594 中：705
23 木	ゆでうどん		さんさいうどん	ゆでうどん		小：591 中：670
24 金	むぎごはん		チキンカレー	ごはん		小：762 中：890
27 月	ごはん		あみやきハンバーグ	ごはん		小：528 中：658
28 火	どんぶりごはん		さんしょくそぼろどん(にくそぼろ)	ごはん		小：688 中：800
30 木	ごはん		あおもりさめにつけ	ごはん		小：563 中：649
4月の平均						小：625 中：741

## ごはん持参の日



毎週、「月曜日」は、お家からごはんを持ってくる日です。忘れないようにしましょう。ごはんは、おかずなしの「白いごはん」でおねがいします。おにぎりにする場合でも、「白いごはん」「具なし」でおねがいします。

## しゅくじのまえには手をよくあらおう！



※献立が変更になる場合もありますので、よろしくお願ひします。こんだてのおしらせは、鶴田町ホームページにのせています。

※白抜きの部分は鶴田町産です。



### ◆ごはんの量◆

小学校1・2年、3・4年、5・6年、中学校と、4段階に設定しています。

### ◆パンと麺の量◆

小学校1～4年、5・6年、中学校と、3段階に設定しています。

※パンは第1・3・5水曜日、麺は第2・4木曜日です。

