



給食便り 4月号

日	曜日	主 食	牛乳	主 菜 ・ 副 菜 ・ そ の 他
11	月	チキンライス	有	チンゲン菜のスープ、フルーツヨーグルト
12	火	塩ラーメン	〃	野菜炒め、おにぎり
13	水	白飯	〃	鮭フライ、ひじきの炒り煮、みそ汁
14	木	豚スキ丼	〃	卵のスープ、もやしとほうれん草のおかか和え
15	金	カツカレー	〃	春キャベツのフレンチサラダ、フルーチェ
18	月	白飯	〃	白身魚の洋風みそ焼き、コールスローサラダ、みそ汁
19	火	五目うどん	〃	ナゲット、おにぎり、果物
20	水	枝豆ご飯	〃	筑前煮、きゅうりとセロリの和え物、みそ汁
21	木	ビビンバ丼	〃	かぶの香味和え、わかめスープ、果物
22	金	ポークカレー	〃	グリーンサラダ、スープ
25	月	白飯	〃	スパイシーチキン、ミネストローネ、サラダ
26	火	スパゲティミートソース	〃	ポテトサラダ、パン、デザート
27	水	白飯	〃	ジンギスカン、みそ汁、デザート

※物資の都合で一部献立が変わる事もあります。

新学期！給食が始まりますよ～

春らしくなってきましたね。季節の変わり目ですが皆さん体調はいかがですか？毎日元気に職場や学校に通うためにも、健康な体は欠かせません。夕食には脳や筋肉を回復させる役割と、夜寝ている間に体が成長するための栄養素を補給するという意味があるそうです。しっかり食べて、体作りをしましょうね。



給食時間 (時間とマナーはしっかり守りましょう！)

1回目 17:00～17:40 (17:30 までに給食室に入りましょう)

2回目 18:30～18:50 (18:40 までに給食室に入りましょう)

