

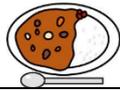


令和5年度 4月給食こんだて

舞鶴市立吉原小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。

・新年度が始まりました。学校生活でみなさんが楽しみにしている給食。給食の時間が楽しみになるような工夫を考えていきたいと思ひます。また、食を通じて、子どもたちが元気に毎日を過ごしていけるように努めて行きますので、よろしくお願ひいたします。

給食目標		12日(水)	13日(木)	14日(金)		
「助け合っ <small>あ</small> て準備 <small>じゆんび</small> をしよう！」 ・給食当番 <small>ききうしやくとうばん</small> に協力 <small>ききうりやく</small> し、積極的 <small>せつぎきよくてき</small> に準備 <small>じゆんび</small> をする。 ・手洗 <small>てあら</small> い、着替 <small>きが</small> えなど速 <small>すみ</small> やかに行 <small>おこな</small> う。		味付けパン ミートスパゲティ コールスローサラダ エネルギー 698Kcal たんぱく質 24.9g カルシウム 305mg	しゃきしゃき牛丼 <small>ぎゅうどん</small> 若竹汁 <small>わかたけじる</small> エネルギー 574Kcal たんぱく質 21g カルシウム 344mg	きなこ揚げパン もやしのナムル わかめスープ エネルギー 630Kcal たんぱく質 23.7g カルシウム 363mg		
		17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)
		カレーライス フルーツヨーグルト 福神漬 <small>ふくじんづけ</small>  エネルギー 697Kcal たんぱく質 20.6g カルシウム 333mg	ごもくチャーハン ちくわの磯部揚げ <small>いそべあ</small> スーミータン エネルギー 622Kcal たんぱく質 26.8g カルシウム 305mg	振替休日		マーボー豆腐 <small>どうふ</small> 小松菜とじゃこの炒め煮 <small>いた</small> エネルギー 635Kcal たんぱく質 27.6g カルシウム 455mg
22日(土)	今月の舞鶴産のさかな 27日(木) サバ		お知らせ 22日 参観日(給食あり) 19日 振替休日			
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)		
手作り豆腐ハンバーグ そえ野菜 じゃがいものみそ汁 <small>しる</small> エネルギー 642Kcal たんぱく質 27g カルシウム 345mg	たけのご飯 <small>ごはん</small> 大豆と煮干しの揚げ煮 <small>あ</small> すまし汁 <small>じる</small> エネルギー 600Kcal たんぱく質 28.4g カルシウム 481mg	ミルクパン ポテトグラタン 春キャベツのスープ <small>はる</small> エネルギー 654Kcal たんぱく質 24.4g カルシウム 395mg	サバのカレー竜田揚げ 玉ねぎのみそ汁 <small>しる</small>  エネルギー 664Kcal たんぱく質 27.9g カルシウム 322mg	規格パン カレービーンズ じゃがいものチーズ煮 エネルギー 692Kcal たんぱく質 29.8g カルシウム 354mg		

ごはん・パンの予定

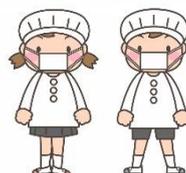
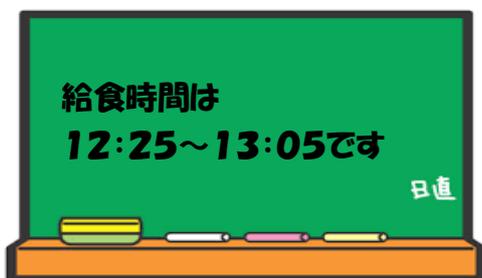
(米飯)

(加工ご飯)

(加工パン)

(麦ごはん)

(規格パン)



牛乳は毎日つきます。
残さず飲みきろう！

