



4月給食だより



令和5年度

雲南市大東給食センター



新年度がはじまりました。今年度も、給食を通して「食べること」の大切さをお伝えしていきます。
 新たな生活に緊張の毎日かもしれませんが、まずは給食時間を楽しんでくださいね。

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
17		18		12		13		14	
ビビンバ(ごはん) 牛乳 (肉みそ) (ナムル) 中華風スープ		コッパン 牛乳 いちごジャム タンドリーチキン プチッと玄米サラダ グリーンポタージュ		ポークカレー 牛乳 お米とポテトのささみフライ コーンサラダ		ごはん 牛乳 さわらのごまマヨ焼き 磯香あえ 豚汁		お祝い献立 ちらし寿司 牛乳 鶏の竜田揚げ あすっこのごまあえ すまし汁 さくらゼリー	
エネルギー (kcal) 幼 488 小 641 中 795		エネルギー (kcal) 幼 590 小 697 中 801		エネルギー (kcal) 幼 549 小 696 中 840		エネルギー (kcal) 幼 491 小 629 中 773		エネルギー (kcal) 幼 527 小 699 中 863	
24		25		19		20		21	
ごはん 牛乳 かつおのごまがらめ 三色おひたし わかめと豆腐のみそ汁		保育園メニュー 牛乳 ★黒豆のれんげ寿司 ★魚のカレー焼き あすっこサラダ すまし汁		ごはん 牛乳 さばのみそ煮 なかよしポテトサラダ けんちん汁		雲南☆まいもんの日 たけのごはん 牛乳 鶏肉と大豆の揚げ煮 切干大根ののりマヨあえ まいたけのすまし汁		ごはん 牛乳 春野菜の干草焼き まめなサラダ じゃがいものみそ汁	
エネルギー (kcal) 幼 487 小 640 中 794		エネルギー (kcal) 幼 539 小 699 中 861		エネルギー (kcal) 幼 537 小 688 中 839		エネルギー (kcal) 幼 515 小 685 中 845		エネルギー (kcal) 幼 469 小 614 中 755	
24		25		26		27		28	
ごはん 牛乳 かつおのごまがらめ 三色おひたし わかめと豆腐のみそ汁		保育園メニュー 牛乳 ★黒豆のれんげ寿司 ★魚のカレー焼き あすっこサラダ すまし汁		ごはん 牛乳 ツナ丼 なっとう 納豆あえ にこにこ団子みそ汁		ごもく 五目うどん 牛乳 フライドポテト 甘酢和え みしょうかん		保育園メニュー ごはん 牛乳 ぶた肉の生姜焼き ★かぼちゃとなす酢のもの たけのこのみそ汁	
エネルギー (kcal) 幼 487 小 640 中 794		エネルギー (kcal) 幼 539 小 699 中 861		エネルギー (kcal) 幼 466 小 607 中 747		エネルギー (kcal) 幼 437 小 559 中 684		エネルギー (kcal) 幼 465 小 607 中 746	

※都合により、献立の一部を変更することがあります。

←のある日はスプーンがつきます

今月の給食目標

給食について知り、楽しく食べよう

雲南市では、毎月給食目標を設定しています。
 今月は「給食について知り、楽しく食べよう」です。
 みなさんの新しい生活を、給食を通して応援していきます。

雲南市の給食を紹介します！

【ごはん・パン・めん】

雲南市産のコシヒカリを使用しています。
 食物繊維やビタミンを補うために麦を入れて炊いています。
 パンは月1回、めんは月2回程度提供しています。

【おかず・牛乳】

野菜は、地元の生産者グループ「げんき村」さんを中心に
 新鮮な野菜を納品していただいています。
 雲南市産、島根県産の食材をたくさん取り入れて、
 旬の味や伝統の味を大切にしています。

木次乳業さんのパステライズ牛乳が毎日1本付きます。

「雲南☆まいもんの日」

雲南市の給食では、月1回「雲南☆まいもんの日」を実施しています。

雲南市でつくられるおいしい食材を、たくさんとり入れた給食です。

今月は、春の食材を使った「たけのごはん」です。

雲南市産の食材のほかに、島根県でうまれた「あすっこ」という

野菜も入っていますよ。春の味覚を味わってくださいね。

また5月からは、昨年度募集した「我が家のみそ汁レシピ」を

「雲南☆まいもんの日」に紹介していきます。お楽しみに！

★保育園の人気メニューを教えてくださいました★

小学校1年生のみなさんの中には、学校給食を初めて食べる人も
 いると思います。

そこで、みなさんが通った保育園に、人気メニューを

教えていただきました。「給食が楽しみ♪」「おいしい！」

と思ってもらえたら、うれしいです。

「★」マークの料理は、保育園の人気メニューです。お楽しみに♪

4月と5月に登場します

