



日	主食	牛乳	おかず	お知らせ	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量		給食が休みの 幼稚園・ 学校
								小	中	
1月	ココアあげば ん(幼・中) 切り目いりコッ ペパン(小)	○	ソーセージ ケチャップ コーン・ジャム・スープ 3色サラダ		牛乳、ソーセージ	コーン、玉葱、パセリ、 ほうれんそう、もやし、 にんじん	パン、ｺｯﾌﾟ、油、バター、	620 20.8 28.2 2.6	814 26.8 34.1 3.4	
2火	ちらしずし	○	めばるの塩麹焼き うーめんじる 菜の花おひたし ひなあられ	ひな祭り献立	油揚げ、たまご、 昆布、かつお節 牛乳	にんじん、枝豆、椎茸、 かんぴょう、玉葱、ねぎ、 菜の花、もやし	米、砂糖、 そうめん、ひなあられ	622 24.9 12.8 2.2	726 28.8 13.9 2.6	
3水	ごはん	○	はるまき 茎わかめと豆腐のスープ チンジャオロースー		くきわかめ、鶏肉、 豆腐、豚肉 牛乳	ねぎ、にんじん、椎茸、 ピーマン、たけのこ、 にんにく、しょうが	米、かたくり粉 小麦粉	704 25.9 26.6 2.1	805 29.5 28.4 2.4	幼稚園 半田醸芳小 中3
4木	ごはん	○	さばのみりん風味焼き 春野菜の味噌汁 五目豆	減塩献立	牛乳、豆腐、味噌、 大豆、鶏肉、さつま揚げ 昆布 さば	かぶ、たけのこ、にんじん、 つきこん	米、じゃがいも、砂糖	631 28.5 16.7 1.9	753 33.7 18.8 2.4	中3
5金	ごはん	○	中華丼 もやしときゅうりのサラダ いちご	いちご 幼・小2個 中3個	牛乳、豚肉、えび、 うすら卵	にんじん、たけのこ、もやし はくさい、玉葱、椎茸、にんに く、いちご、きぬさや、 しょうが、きゅうり、	米、油、砂糖、かたくり粉、 ごま油	635 28.7 18.1 1.4	752 33.1 20.3 1.8	中3
8月	黒パン	○	とり肉のレモン醤油かけ じゃがいもカレースープ煮 キャベツのサラダ	鶏肉のレモン 醤油かけ 幼・小1個 中2個	牛乳、鶏肉、 ベーコン、大豆	レモン、玉葱、にんじん、 パセリ、にんにく、キャベツ、 きゅうり、コーン、ごぼう	パン、黒砂糖、かたくり粉、 砂糖、油、じゃがいも、 カレールウ クレープ	706 23.6 26.2 2.5	869 28.4 29.0 3.0	
9火	ツナごはん	○	豚汁 桜しゅうまい(幼1 小中2) こんにゃくと豆のサラダ お祝いクレープ(中のみ)	中学校のみ卒 業・進級お祝 いクレープが つきます。	ツナ、牛乳、シューマイ、 豚肉、味噌、海草サラダ	グリーンピース、にんじん、 しょうが、はくさい、 だいこん、ねぎ、こんにゃく、 もやし、枝豆	米、砂糖、じゃがいも	613 25.2 16.8 2.2	841 31.6 26.6 2.8	
10水	ソフト麺	○	餅入り信田 カレー南蛮かけ汁 ブロッコリーサラダ		牛乳、油揚げ、豚肉、 なると、	玉葱、にんじん、椎茸、 ほうれんそう、ねぎ、 ブロッコリー、キャベツ、 コーン	ソフトめん、ざらめ糖、 かたくり粉 カレールウ もち	688 28.3 17.5 3.0		幼稚園 中学校
11木	麦ごはん	○	納豆 ぶり大根汁 たくあん和え	愛媛県応援献 立	牛乳、納豆、ぶり、味噌、 かつお節	しょうが、はくさい、 だいこん、にんじん、ねぎ、 ほうれんそう、もやし、 たくあん	米、麦	626 28.6 19.2 1.8		中学校
12金	ごはん	○	おひょうの西京焼き 青菜のみそ汁 家常豆腐		牛乳、おひょう、豆腐、 油揚げ、味噌、豚肉、 生揚げ、	こまつな、ねぎ、キャベツ、 にんじん、たけのこ、にら、 ピーマン、椎茸、しょうが、 にんにく	米、油、砂糖	601 29.8 17.7 1.9		中学校
15月	ココアあげば ん(小) コッパン (幼中)	○	キッシュ風オムレツ にんじんサラダ 花豆ポタージュ イチゴ&マーガリン(幼・中)		オムレツ、牛乳、ツナ、 鶏肉、白花生、 生クリーム、	にんじん、キャベツ、玉葱、 パセリ	パン、ｺｯﾌﾟ、油、砂糖、 じゃがいも、 シチュールー イチゴマーガリン	634 23.2 25.8 2.5	808 28.8 30.2 3.1	中3
16火	麦ごはん	○	チキンカレー 海藻サラダ お祝いクレープ(小 幼)	幼稚園・小学校 のみ卒業・進級 お祝いクレープ がつきます。	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、 海草サラダ	玉葱、にんじん、 グリーンピース、にんにく、 しょうが、キャベツ、枝豆	米、麦、じゃがいも カレールウ、こんにゃく、 クレープ	686 21.0 20.0 1.7	716 22.7 16.7 2.0	中3
17水	ごはん	○	ふりかけ 酢豚 春雨スープ		牛乳、豚肉、鶏肉	しょうが、玉葱、にんじん、 たけのこ、ピーマン、椎茸、 にんにく、パインアップル、 はくさい、もやし、ねぎ	米、かたくり粉、油、 じゃがいも、砂糖、 はるさめ、ごま油	653 20.4 20.1 1.9	773 23.3 22.6 2.3	幼稚園 醸芳小 中3
18木	ごはん	○	さけの味噌マヨ焼き けんちん汁 しょうがあえ		牛乳、さけ、味噌、豆腐、 油揚げ	玉葱、だいこん、にんじん、 ねぎ、しめじ、椎茸、こまつな、 もやし、しょうが	米、砂糖、さといも	600 24.9 18.5 2.0	713 29.2 21.0 2.5	幼稚園 睦合小 醸芳小 中3
19金	ごはん	○	手作り花しゅうまい 絹さやとジャガイモの味噌汁 きゅうりとかぶの漬物	しゅうまい 1個	牛乳、豚肉、味噌、 こんにゃく	たけのこ、ねぎ、椎茸、 しょうが、にんにく、 にんじん、だいこん、 きぬさや、きゅうり、かぶ、	米、かたくり粉、ごま油、 砂糖、小麦粉、 じゃがいも	606 21.3 14.6 1.9		幼稚園 醸芳小 睦合小 半田醸芳小 中学校

★都合により、使用材料や献立が変更になることがありますのでご了承ください。 ☎581-0250
★給食内容やお子さんの食習慣など質問がありましたら、センターまで気軽にお電話ください。

給食の時間をふりかえろう

できたものには、□にチェックを入れて、給食の時間のふりかえりをしましょう。

協力して食事の準備をすることができた。



地域の地場産物がわかった。



感謝のきもちをもってたべることができた



今月の平均栄養価

	小(基準値)	中(基準値)
エネルギー(kcal)	641(650)	779(830)
たんぱく質(g)	25.0(26)	28.7(34)
炭水化物(g)	89	111.2
脂質(g)	19.9(18)	23.8(23)
食塩相当量(g)	2.1(2.0)	2.6(2.5)

4日(木) 減塩献立
減塩について考えてもらう日になっています。(放送資料で説明)

9日(火) 卒業・進級お祝い献立
中学校のみお祝いクレープがつきます。



11日(木) 愛媛県応援献立
コロナの影響で困っている漁業の方を応援するため愛媛県産
ブリを使った献立となっています。
(国の事業を活用した業者より無償で頂きました。)

16日(火) 卒業・進級お祝い献立
幼稚園・小学校のみお祝いクレープがつきます。

