

にらがわしょうがっこうきゅうきゅうしよく

蕪川小学校の給食もよろしくお願ひします！



おおだしりつにったがっこうきゅうしよく

## 太田市立新田学校給食センターを知ろう！

さいしゅうかい  
最終回

まいにち きゅうしよく とど くだ

# 毎日、給食を届けて下さって、ありがとうございます！

にらがわしょうがっこう きゅうしよくしつ かんせい ちか にったがっこうきゅうしよく きゅうしよく こんげつ さいご  
蕪川小学校の給食室も、いよいよ完成に近づき、新田学校給食センターからの給食は、今月で最後になります。

まいにち にらがわしょうがっこう きゅうしよく とど あめ ひ ゆき ひ ぶんいじょう じかん 2にん ちょうりし かた  
毎日、蕪川小学校のみなさんに給食を届けるために、雨の日も、雪の日も、30分以上の時間をかけて、2人の調理師の方が

はいそう くだ  
配送して下さいます。

よしだ  
吉田さん

まいにち はいそう たいへん  
◎ 毎日、配送していて、どんなことが大変ですか？

よしだ しよつかん なかみ する  
吉田さん・・・食缶の中身の汁などがこぼれないように、

うんてん さいしん ちゆうい  
運転には、細心の注意をはらっています。

あんぜんうんてん ころ  
ゆっくりと安全運転するように心がけています。



にらがわしょうがっこう ひとこと ねが  
◎ 蕪川小学校のみなさんに一言お願ひします。

えんざか にらがわしょうがっこう じどう まいにち  
遠坂さん・・・蕪川小学校の児童のみなさんは、毎日しっかりと

た  
たくさん食べてくれるので、とてもうれしいです。

た おも  
これからも、しっかりと食べてほしいと思います。

えんざか  
遠坂さん



かた 2人の方にランチルームでお会したら、あ じどうのみなさんは、きちんと大きな声で、

「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつをしましょうね！



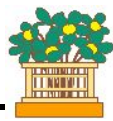
おおだしりつにったがっこうきゅうしよくせんたーし こんげつ さいしゅうかい  
「太田市立新田学校給食センターを知ろう！」は、今月で最終回となります。

がつ あたら きゅうしよくしつ きゅうしよく つく  
4月からは、新しい給食室で給食を作ります。

じかんめ あんぜん きゅうしよくづく  
4時間目ごろに美味しいにおいをただよわせ、安全で美味しい給食作りにがんばり

おも ねが  
たいと思いますので、よろしくお願ひします。





日	曜日	こんだてめい			からだをつくる		からだのちょうしをととのえる		エネルギーとなる		エネルギー (kcal)
		しゅよく	のみもの	おかず	1群 さかな にく たまご 魚・肉・卵 まめ まめせいひん 豆・豆製品	2群 ぎゅうにゅう にゅうせいひん 牛乳 乳製品 こざかな かい 小魚 海そう	3群 りよくおうよく 緑黄色 やさい 野菜	4群 た その他の やさい くだもの 野菜・果物	5群 こめ 米・パン・めん	6群 あぶら しじつ 種実	
1	火	なめし	ぎゅうにゅう	とうふそぼろあんづつみ とんじる オレンジ	とうふ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん だいこんのは	だいこん ごぼう ねぎ オレンジ	ごはん じゃがいも	あぶら	649 22.4 20.4
2	水	きなこあげパン	ぎゅうにゅう	パンパンジーサラダ ワンタンスープ チーズ	きなこ ツナ ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	キャベツ きゅうり ねぎ もやし たまねぎ	パン ワンタン さとう	あぶら ごまあぶら ドレッシング	647 27.1 28.9
3	木	ようふうちらし	ぎゅうにゅう	しらすわかめたまごまき すましる ひなあられ	ウイナー えびたんこ あぶらあげ とうふ たまご	ぎゅうにゅう しらす わかめ	にんじん みずな	かんぴょう たけのこ グリーンピース	ごはん ふ あられ さとう	あぶら	694 27.4 23.5
4	金	ごはん	ぎゅうにゅう	ほっほうさい キムチあえ ヨーグルト	えび いか うずらのたまご ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん	たけのこ もやし たまねぎ ねぎ はくさい キャベツ きゅうり	ごはん さとう でんぷん	あぶら	661 25.6 17.5
7	月	せわりコッペパン	ぎゅうにゅう	スラッピージョー だいこんサラダ ABCスープ	ぶたにく うずらのたまご ツナ ベーコン	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	たまねぎ だいこん きゅうり はくさい コーン	パン マカロニ さとう でんぷん	あぶら ドレッシング	630 26 25.2
8	火	そぼろごはん	ぎゅうにゅう	さばのみぞれに みそする	とりにく さば みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	だいこん たまねぎ えのきだけ	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	660 23.8 17.8
9	水	はちみつパン	ぎゅうにゅう	ちくわのいそべあげ ごまあえ ごもくうどん 6年生のリクエストデザート	ちくわ ぶたにく あぶらあげ なた	ぎゅうにゅう あおのり	にんじん	キャベツ きゅうり ねぎ だいこん しいたけ	パン うどん さとう デザート	あぶら ごま	707 24.1 30.5
10	木	いりこなめし	ぎゅうにゅう	やきにく ちゅうかふうたまごスープ グレープフルーツ	ぶたにく たまご ベーコン	ぎゅうにゅう こざかな	にんじん だいこんのは ピーマン	ねぎ たまねぎ コーン しいたけ グレープフルーツ	ごはん さとう でんぷん	あぶら ごま	674 26 22.5
11	金	コーンとハムの ピラフ	ぎゅうにゅう	ごぼうサラダ まめとソーセージのトマトスープ	ハム だいたい ソーセージ	ぎゅうにゅう かいそう	にんじん トマト	ごぼう たまねぎ エリンギ コーン きゅうり マッシュルーム	ごはん さとう	あぶら ドレッシング バター	662 20 26.6
14	月	ぶどうパン	ぎゅうにゅう	あじつぎにくだんご(2こ) さんしょくソテー かにとチンゲンサイのスープ 6年生のリクエストデザート	ぶたにく ウイナー たまご かに	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	キャベツ コーン たまねぎ レーズン	パン でんぷん	あぶら ごまあぶら バター	694 26.4 24.9
15	火	ごはん	ぎゅうにゅう	マーボどうふ シューマイ(2こ)	とうふ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	ねぎ もやし グリーンピース しいたけ	ごはん シューマイのかわ でんぷん さとう	あぶら ごまあぶら	696 27.4 23
16	水	こめっこパン いちごジャム	ぎゅうにゅう	ほうれんそういりオムレツ はなやさいサラダ ミートボールスープ	たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト ほうれんそう ブロッコリー	たまねぎ りんご キャベツ コーン はくさい しめじ	パン ジャム さとう じゃがいも デザート	あぶら ドレッシング	627 26.7 26
17	木	わかめごはん	ぎゅうにゅう	いわしのみぞれに からみあえ なめこじる	いわし とうふ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり ねぎ だいこん なめこ	ごはん じゃがいも	あぶら ラー油 ごま	617 25.6 16.8
18	金	むぎごはん	ぎゅうにゅう	カレー あんになフルーツ ふくじんづけ	ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト	たまねぎ グリーンピース もも パイン みかん ふくじんづけ	むぎごはん じゃがいも	あぶら	758 21 18
21	月	<b>しゅんぶんの日のためお休みです！</b>									
22	火	ごはん	ぎゅうにゅう	コロッケ(ソース) おさかなサラダ わかめじる	とうふ みそ	ぎゅうにゅう こざかな わかめ	にんじん	だいこん きゅうり ねぎ たまねぎ	ごはん じゃがいも	あぶら ドレッシング	672 20.7 18.6
23	水	せきはん (ごましお)	ぎゅうにゅう	さばのみそに きんぴらごぼう にらたまじる	さば さつまあげ たまご とうふ あずき	ぎゅうにゅう	にんじん にら	ごぼう キャベツ たまねぎ しいたけ	もちごめ	あぶら ごま	632 28.8 22.4
24	木	<b>そつぎょうしきです！ こうはくもちがでます！</b>									

### 《こんだてより》

●7日「スラッピージョー」・・・「スラッピージョー」という料理は、ミートソースのようなもので、パンにはさんで食べます。「スラッピー」とは、**ごちゃまぜに**すとか、**ポロポロこぼれる**という意味があり、「ジョー」とは、**男の人**という意味があります。男の人が、家にあるいろいろな具をまぜて作ったということからついた名前です。また、パンにはさむと、ポロポロこぼれやすい料理という意味もあるようです。アメリカの味を味わって下さい。

●リクエストデザート・・・給食委員会では、毎日、クラスごとの食缶の食べ残しをチェックしています。そして、一番残りが少なかったクラスには、賞状を差し上げています。2月は、この賞状と一緒に、**プレミアム特典**として、「デザート**の決定権**」もプレゼントしますということを全校の皆さんに投げかけたところ、見事に、**6年生2クラス**が、食缶の残り『ゼロ』という、すばらしい結果を出してくれました。9日と14日は、6年生2クラスが選んだデザートが出ます。もちろん、全校のみなさんも食べることができますよ。どんなデザートが選ばれるか、楽しみですね！

※献立は、都合により変更になることがあります。  
※給食費の口座振替は、3月28日(月)です。

### 卒業おめでとうございます！

6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます！  
中学校へ進むと、部活動などで、たくさん運動する機会も多くなると思います。  
毎日、朝食をしっかりと食べ、肉ばかりでなく、野菜や魚もしっかり食べ、元気な体づくりをしてほしいと思います。

## 給食だより

### 1年間の食生活を振り返ろう！

みなさんの食生活をチェックしてみましょう。

①は10てん、②は5てん、③は2てんでかぞえてみましょう。

#### 1. 朝ごはんは毎日食べていますか？

- ①はい、おかずもいっしょにきちんと食べています。
- ②おかずをあまり食べず、パンだけ、おにぎりだけのこともあります。
- ③時々、食べないことがあります。

#### 2. 牛乳や、乳製品は食べていますか？

- ①はい、給食のほかに、家でも食べています。
- ②給食のほかに、家では時々食べるくらいです。
- ③給食のときしか食べていません。

#### 3. おやつはたべすぎていませんか？

- ①食べすぎないようにしています。
- ②時々、食べすぎてごはんが食べられないことがあります。
- ③いつもおやつを食べすぎて、ごはんをのこしてしまいます。

#### 4. やさいは食べていますか？

- ①はい、なんでものこさず食べています。
- ②はい、でも、にがてなやさいはのこしてしまいます。
- ③やさいはほとんど食べません。

#### 5. テレビを見ながら食事をしていますか？

- ①いいえ。食事の時は、テレビをけしています。
- ②時々、テレビを見ながら食べます。
- ③いつもテレビを見ながら食べます。

★40～50てん・・・すばらしい！  
そのちょうしでがんばりましょう。  
★20～39てん・・・もう少しです。  
★19てんより下・・・  
自分ができることからおしえてみましょう。

### 《たべものクイズ》

わたしたちのすむ地方では、おいおいの時に、よく、せきはんを食べますね。

(おいおいでない時に、食べる地方もあるようです)  
給食でも、そつぎょうのおいおいとして、23日に「せきはん」が出ます。

「せきはん」は、地方によって、さまざまなものがありますが、私たちがすむ地方の「せきはん」は、どのようにして赤いいろをつけているのでしょうか？

- ①「しよくべに」いう、赤いいろをつけるものを入れると赤くなる。
  - ② まめ(あずきやささげ)をゆでたときのしるをつかうと赤くなる。
  - ③ ももやさくらの花びらといっしょにお米をたくと赤くなる。
- こたえは、「きゅうしよくおたよりコーナー」にあります。おうちのひとにもおしえてあげてください！

こんかいは、おずかしいので、おうちのひとといっしょにかんがえてみましょう！

