



心も体も元気な子どもを育成するために 家族みんなで はやね・はやおき・あさごはんを実践しよう！



# 4月 献立予定表

岩沼市立岩沼中学校

令和4年4月

月	火	水	木	金
<p><b>今月の目標</b> 基本的な食習慣を身につけよう</p> <p><b>箸とスプーンを忘れずに持ってきてましょう</b> スプーン・フォークのマークは、持参すると食べやすい献立の目安です。</p> <p>*都合により、献立を変更する場合があります。 *牛乳は毎日付きます。 *エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)/脂質(g)/塩分(g)</p>				<p>8</p> <p><b>弁当の日</b></p> 
<p>11</p> <p><b>入学式</b> <b>弁当なし</b></p>	<p>12</p> <p>セルフハムサンド 食パン ハム スライスチーズ マカロニサラダ コーンポタージュ いちごゼリー</p>	<p>13</p> <p>ごはん 厚焼き卵のそばろあん ひじきの煮物 鰹だしのみそ汁 (はんぺん入り)</p>	<p>14</p> <p>バターロールパン 海藻サラダ ちゃんぽん麺 カップヨーグルト</p>	<p>15</p>  <p>麦ごはん 岩中カレー 大根とハムのサラダ フルーツポンチ</p>
	779/29.0/32.2/3.5	786/28.2/25.5/2.6	855/35.6/36.4/3.6	876/27.0/21.1/2.7
<p>18</p> <p><b>開校記念日献立</b></p> <p>ごはん(1年自校炊飯) めばるの塩麴焼き 小松菜のおきつね和え じゃがもち汁 開校記念★味付けのり</p>	<p>19</p> <p>ミルクパン 手作りミートポテトパイ ブロッコリーサラダ ABCスープ コーヒー牛乳の素</p>	<p>20</p> <p>ごはん 焼肉(特製玉ねぎソース) すき昆布のそばろ煮 みそけんちん汁</p>	<p>21</p> <p>米粉パン しらすのかき揚げ 和風サラダ 五目うどん</p>	<p>22</p>  <p>ごはん(2年自校炊飯) ポークシュウマイ 春雨の中華サラダ ジャージャー豆腐</p>
773/33.5/13.0/2.3	832/27.4/35.9/3.6	844/35.6/28.4/2.6	774/39.1/31.3/3.6	922/34.0/30.8/3.5
<p>25</p> <p><b>弁当の日</b></p> 	<p>26</p> <p>ココアパン カボチャ入りオムレツ ごぼうサラダ 旬野菜のポトフ</p>	<p>27</p> <p>ごはん(3年自校炊飯) 豚丼の具 ゆかり和え 油麴のみそ汁</p>	<p>28</p> <p>セルフフィッシュバーガー 横割り丸パン 白身魚フライ アメリカンサラダ ふわふわ卵スープ 美生柑(みしょうかん)</p>	<p>29</p> <p><b>昭和の日</b></p>
	810/30.1/32.8/3.8	810/32.2/17.9/2.2	744/28.9/31.5/3.3	

\*岩中の開校記念日は4月19日です。  
給食では、前日に開校記念日献立を提供します。

\*給食の前は、石けんで手をしっかりと洗い、清潔なハンカチで手を拭きましょう。アルコール消毒のみでは菌・ウイルス除去は不十分です。

\*給食当番は、必ず給食着・マスクを着用します。体調が悪いときには当番を代わってまいります。

**今月使用予定の地場産品**

米・小松菜・きゅうり・牛乳・押麦・油麴・卵  
その他、季節の野菜(積極的に宮城県産を使用しています)

