

平成31年度4月予定献立表

県立湊川高等学校

ひ 日づけ	こんだめい 献立名	おもなざいりょう		
		ちく 血や肉になる	からだのちょうしととの 調子を整える	ちからねつ 力や熱のもとになる
8 (月)	カレーライス サラダ シュー ス	ふたにく 豚肉	たまねぎ にんじん レタス グリンリー フ レッドキャベツ みかん	こめ 米 ジャがいも
10 (水)	パン シチュー サラダ 牛乳 いちご	とりにく 鶏肉 ハム ぎゅうに 牛乳	たまねぎ フロッコ リー にんじん レタス だいこん イモコ キャベツ ほうれんそ う にんじん もやし ねぎ	パン ジャがいも
11 (木)	ごはん 回鍋肉 ナムル はるさめ 春雨スープ	ふたにく 豚肉 けいらん 鶏卵	キャベツ ほうれんそ う にんじん もやし ねぎ	こめ 米 はるさめ
12 (金)	ごはん 豚カツ ひじきの煮物 みそ汁 味噌汁	ふたにく 豚肉	キャベツ たまねぎ にんじん たまねぎ ひじき	こめ 米 ジャがいも こんにやく あぶら 油
15 (月)	ごはん 肉団子のトマト煮 サラ ダ コンソメスープ ショア ン	とりにく 鶏肉 にくだんご 肉団子 ベーコ ン	たまねぎ レタス にんじん こまつな みすな	こめ 米 ジャがいも
16 (火)	ごはん 豚の生姜焼き さといも 煮物 みそ汁 味噌汁	ふたにく 豚肉 とうふ 豆腐 うすあげ	たまねぎ キャベツ だいこん ねぎ	こめ 米 さといも
17 (水)	ごはん 唐揚げ ポテトサラダ みそ汁 味噌汁	とりにく 鶏肉 ハム	キャベツ だいこん にんじん ごぼう きゅうり ねぎ	こめ 米 ジャがいも マヨネーズ あぶら 油
18 (木)	おやこどん 親子丼 さつま揚げの煮物 牛乳	とりにく 鶏肉 けいらん 鶏卵 さつまあげ ぎゅうに 牛乳	たまねぎ にんじん こまつな ねぎ しいたけ	こめ 米
19 (金)	ごはん 鮭のつけ焼き 胡麻和え みそ汁 味噌汁	とりにく 鶏肉 さけ 鮭	はくさい ス たまねぎ フ	アスパラガ ス サニーレタ タ こめ 米
22 (月)	ごはん 豚じゃが 胡麻和え 味噌 汁	ふたにく 豚肉 うすあげ	たまねぎ う にんじん ねぎ はくさい	こめ 米 ジャがいも こんにやく
23 (火)	ちゅうかどん 中華丼 シュウマイ 牛乳	ふたにく 豚肉 ぎゅうに 牛乳	はくさい たまねぎ きくらげ	こめ 米
24 (水)	ごはん 鶏のバーベキューソース 金平ごぼう 味噌汁	とりにく 鶏肉 ちくわ	ごぼう フロッコ リー たまねぎ ねぎ にんじん	こめ 米 こんにやく
25 (木)	ごはん 魚の香草フライ ジャーマンポテト スープ 牛乳	ホキ ウィンナー ベーコン ぎゅうに 牛乳	キャベツ たまねぎ にんじん こまつな パセリ	こめ 米 ジャがいも あぶら 油

※ 物資等の都合により献立が変更となる場合があります。

<給食だより>

新入生のみなさん、ご入学おめでとございます。新しい学校生活にワクワクドキドキしていることだと思ひます。少しずつ慣れてくださいね。給食は前田、永西、續木の3人で運営しています。何か分からないことがあれば聞いてくださいね。新学年の皆さん、今年度もよろしくお願ひします。さて、楽しく、美味しく食べてもらうためにも守ってほしいことがあります。最低限、以下のマナーを守るようにしてください。在校生の皆さんも今一度確認しましょう！

- ・給食以外のものを持ち込んで食べない
- ・トレイを持つ前に手を洗う
- ・17:15までに給食をとりこくる
(給食時間は、17:25まで)
- ・後片付けは自分でする

