



日	曜	献立名				赤のなかまの食品		黄のなかまの食品		みどりのなかまの食品		エネルギー		
		主食	飲物	主菜	副菜	汁物	その他	体をつくる		熱や力になる		体の調子をととのえる		たんぱく質
10	火	ガーリックオースト	牛乳	ミートスパゲティ	たまご	たまたごサラダ	牛乳	たまご	ミルク食パン	あぶら	にんにく	にんじん	660	Kcal
11	水	麦ご飯	牛乳	ちくわの磯辺揚げ	ごま酢和え	肉じゃが	牛乳	ぎゅう肉	米 麦	さとう	ごまつな	いんげん	711	Kcal
12	木	キャロットパン	牛乳	白身魚のタルタル焼き	ポイルブロッコリー	めぐみんの春キャベツスープ	牛乳	ベーコン	キャロットパン	じゃがいも	たまねぎ	にんじん	596	Kcal
13	金	わかめご飯	牛乳	鶏のから揚げ	はりはり漬け	紅白みそ汁	牛乳	ふかし	米 麦	ごま	切り干し大根	ねぎ	666	Kcal
16	月	さくら飯	牛乳	三色丼	磯香和え	めった汁	牛乳	ぶた肉	米 麦	こんにやく	しょうが	キャベツ	638	Kcal
17	火	ミルクコッパ	牛乳	ウインナーのケチャップからめ	野菜ソテー	カレースープ	牛乳	ウインナー	ミルクコッパ	カレールー	にんにく	にんじん	653	Kcal
18	水	麦ご飯	牛乳	ししゃものからあげ	ナムル	家常豆腐	牛乳	ぶた肉	米 麦	ごま	しょうが	はくさい	743	Kcal
19	木	バターロール	牛乳	こまったさんのグラタン	人参グラッセ	コンソメジュリアン	牛乳	ベーコン	バターロール	バター	たまねぎ	とうもろこし	664	Kcal
20	金	麦ご飯	牛乳	とんかつ	ポテトサラダ	なめこ汁	牛乳	とうふ	米 麦	さとう	きゅうり	ねぎ	753	Kcal
23	月	麦ご飯	牛乳	えびのチリソース	揚げくずきり	コーンかき玉スープ	牛乳	ヨーグルト	米 麦	ごま油	にんにく	たけのこ	729	Kcal
24	火	コアピスキューバ	牛乳	ツナサラダ	ポークビーンズ		牛乳	大豆	ミルクロール	あぶら	ブロッコリー	にんにく	674	Kcal
25	水	麦ご飯	牛乳	豚肉のくわ焼き	こんにやくサラダ	おつきりこみ	牛乳	うすあげ	米 麦	卵なしマヨネーズ	ごぼう	とうもろこし	755	Kcal
26	木	麦ご飯	牛乳	チキンカレー	福神漬	フルーツふるふるゼリー	牛乳	うすあげ	米 麦	ごま	にんにく	ふくじんづけ	771	Kcal
27	金	春の遠足 (給食なし)										21	g	

※ 都合により献立の内容を一部変更する場合があります。
 ※ 主な食材料名は、食品の栄養的な働きにより、赤、黄、緑のグループに分けて記載してあります。

学校給食の内容について

献立によって和洋中の変化をつけています。
 毎月、白山市の料理や、世界遺産味めぐり、おはなしからとびだした料理などを取り入れた献立を実施しています。



主食は、ごはん週3回、パン週2回です。

食品は産地や原材料、品質・価格などを確認し、安全安心なものを選定しています。

成長期に必要なカルシウム等の栄養素を補給するために牛乳は毎日つきます。

毎月の特別献立

給食ではテーマを持ち、工夫を凝らした給食を毎月取り入れています。今年度の取り組みは3つです。毎月のおたよりでお知らせします。お楽しみに、そしてご家庭での話題の一つにしてください。

①<世界遺産献立>

日本の世界遺産は現在21件です。人類が共有すべき「顕著な普遍的価値」を持つと認められた遺跡、景観、自然があることは素晴らしいですね。その世界遺産のある地域を給食で巡ります。その地域の特産物を取り入れた献立、遺跡、景観、自然をイメージした献立で日本の素晴らしさを伝えたいと思います。

4月は、「富岡製糸場と絹産業遺産群」のある群馬県の献立です。

②<おはなしからとびだした！ りょうり>

図書館と給食のコラボ企画として、絵本や映画などのおはなしの中から、おいしいそうな料理が給食に登場します。できるだけ原作に近づくように、材料や作り方にもこだわって調理します。

4月は「こまったさんのグラタン」から「こまったさんのグラタン」です。

③<白山めぐみん給食>

白山市の地場産物や旬の食材・郷土料理・食文化を紹介する献立を「白山めぐみん給食」として、毎月1回、給食に登場します。

4月は、旬の春キャベツを使った献立です。



4月は、匂の春キャベツを使った献立です。