

今月の旬の食材：さくら、菜の花、セロリ、デコボン、いちご



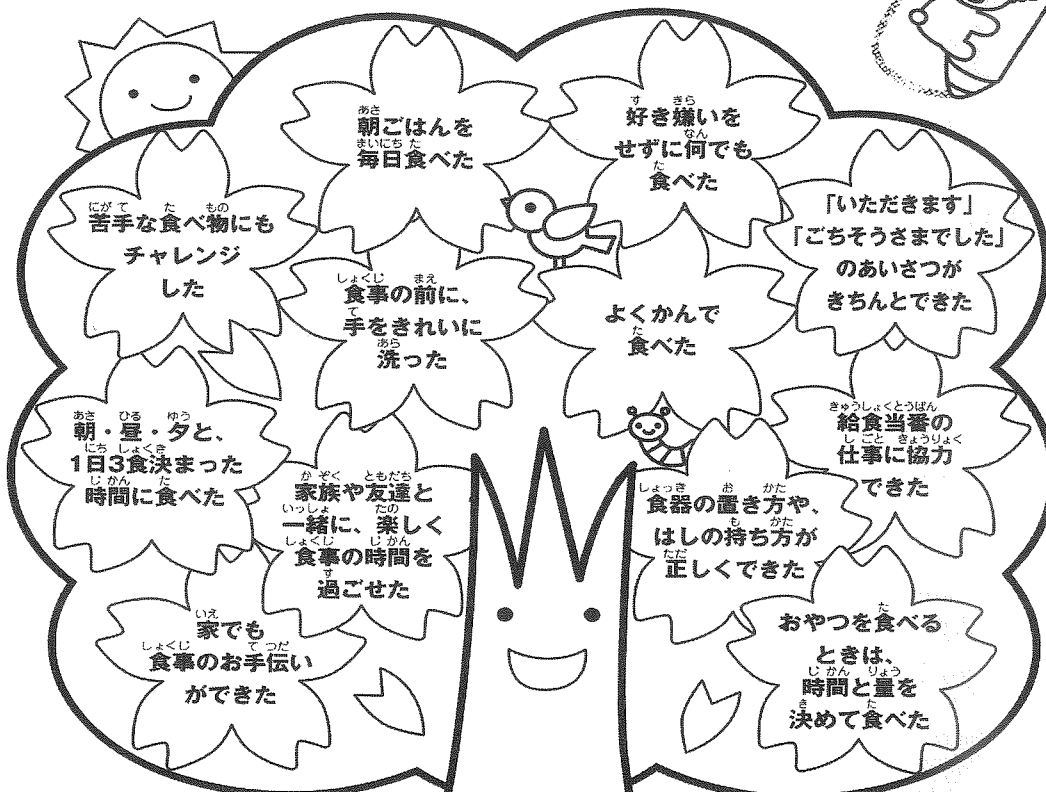
富士宮市立学校給食センター
TEL: 0544-59-2131

◆さかなの日は、ほねにきをつけて、よくかんでたべましょう◆

日 曜 日	食 缶 番 号	こんだてめい	は た ら き						ちようみりよう・そた	エネルギー たんぱくしつ しじつ しょうえん たんすいかぶつ	みなさんへの ひとこと
			おもに体をつくる もとになる食品		おもに体の調子を整える もとになる食品		おもにエネルギーの もとになる食品				
			たんぱくしつ	むきしつ	カロテン	ビタミンC 食物せんい	たんすいかぶつ	しじつ			
14 (火)	年度末普通3日課のため										
15 (水)	-	ぎゅうにゆう		★ぎゅうにゆう						644 kcal 29.1 g 17.8 g 2.6 g 86.6 g	マーボー豆腐は人気メニューのひとつです。あえ物の他にもう1品ほしいという声が多いため、ぎょうざもつけました。
	-	ごはん					★ごはん				
	①	マーボー豆腐	☆ぶたにく とうふ みそ			たけのこ きくらげ にんにく しょうが ★ねぶかねぎ	さとう でんぶん	こめあぶら ごまあぶら	さけ テンメンジャン トウバンジャン しょうゆ ちゅうかだし		
	③	パンサンスー	ハム		にんじん	☆もやし きゅうり	はるさめ さとう	ごまあぶら ごま	す しょうゆ しお		
	①	ぎょうざ(1こ)				ぎょうざ					
16 (木)	卒業式前日準備のため										

1年間の食生活を振り返ろう！

この1年を振り返ってみて、できていたところに色をぬりましょう。



桜は満開になりましたか？

できなかったところは、
来年度の目標にしてくださいね。