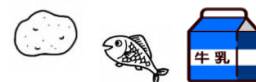


月	火	水	木	金
---	---	---	---	---



## 給食の内容について



★主食・・・ごはん（週4回）は糸魚川産のコシヒカリです。給食センターでおいしく炊きます。

パン（隔週の金曜日）は上越市の「上越ケンパン」から届きます。

めん（隔週の金曜日）は上越市の「上原製麺所」から届きます。

★おかず・・・主菜、副菜、汁ものがあります。子どもたちの味覚を育てるため、多様な食材や味を体験できるよう献立を立てます。できる限り国産品を使用し、地場産物もたくさん取り入れます。

★牛乳・・・ほぼ毎日、200mlパックがつきます。成長期の小中学生にとって必要な栄養素を効率よくとることができます。



<p>8</p> <p>牛乳 ご飯 白身魚のチリソース 春雨サラダ チンゲン菜のスープ</p>	<p>9</p> <p>牛乳 セルフ豚丼（麦ご飯） （豚丼の具） ポテトサラダ かき玉みそ汁</p>	<p>10</p> <p>牛乳 ご飯 鮭のごまみそ焼き ぴり辛こんにゃく 春キャベツのみそ汁 お祝いクレープ</p>	<p>11</p> <p>牛乳 麦ご飯 ひき肉と大豆のカレー ひじきのマリネ チーズ</p>	<p>12</p> <p>牛乳 セルフホットドッグ （コッペパン） （フランクフルト） ブロッコリーのサラダ カラフルリボンパスタスープ</p>
<p>15</p> <p>牛乳 ご飯 笹かまのお好み焼き もやしのナムル マーボー豆腐</p>	<p>16</p> <p>牛乳 ご飯 チーズコーン卵焼き おかかあえ 肉じゃが アーモンド小魚</p>	<p>17</p> <p>牛乳 お祭りにぎわいご飯 キャベツメンチカツ お花見けんちん汁 なんちゃってうぐいすもち</p>	<p>18</p> <p>牛乳 ご飯 鯖のみそマヨ焼き 切干大根の炒め煮 スナッペンどうのみそ汁</p>	<p>19</p> <p>牛乳 うどん わかめ汁 大豆と小魚のスナック揚げ 果物（かんきつ類）</p>
<p>22</p> <p>牛乳 ご飯 ひすいハンバーグ 石の庭サラダ 水琴窟のスープ</p> <p style="text-align: center;"><small>きゅうしよく</small> <b>ジオ給食</b></p> 	<p>23</p> <p>牛乳 ご飯 鯖のピリ辛焼き 磯香あえ 豚汁</p>	<p>24</p> <p>牛乳 麦ご飯 中華丼 アーモンドサラダ いちごヨーグルト</p>	<p>25</p> <p>牛乳 ご飯 たらと高野豆腐のレモンだれ 五色あえ たけのこのみそ汁</p>	<p>26</p> <p>牛乳 コッペパン チョコクリーム 鶏のバーベキューソース 海草のサラダ キャベツのクリームスープ</p>
<p>29</p> <p style="text-align: center;">昭和の日</p>	<p>30</p> <p>牛乳 ご飯 かつおフライ ごますあえ ニラたまみそ汁</p>	 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">4月のジオ食材</div>  <p style="font-size: 1.2em;">米   しいたけ   さといも   たけのこ</p>		