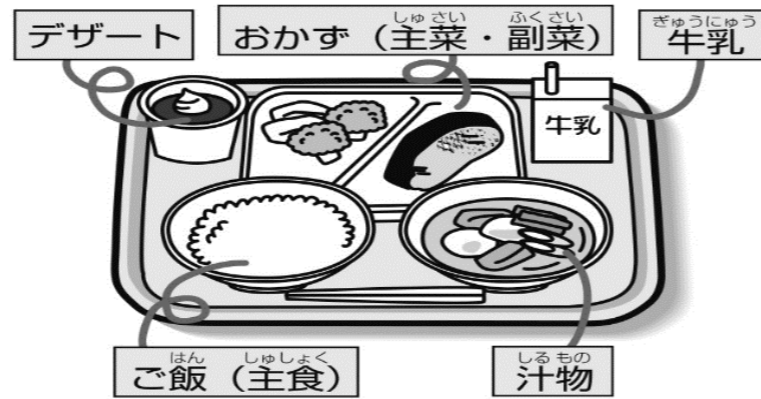


れいわ4ねんど4がつのこんだてひょう

さいたまけんりつさやまとうくべつしえんがっこう

しよつ き ただ お
食器を正しく置こう

しよくじ さい た もの はい しよつき
食事の際、食べ物の入った食器を
た なら お かた き
食べやすいように並べますが、その置き方には決まり
きゆうしよく きほんてき はん しよしよく ひだり
があります。給食では基本的に、ご飯などの主食を左、
しるもの みぎ おく しよさい ふくさい ぎゆう
汁物を右にし、奥におかず(主菜・副菜)、デザート、牛
にゆう お
乳を置きます。



13 (すい)		14 (もく)		15 (きん)	
グリーンアスパラガス ごはん		ポークケチャップ さつまあげのみそしる		はのはなのおひたし ごはん	
しょうがくぶ 583		ちゅうがく 748		しょうがくぶ 575	
20.1		37.4		28.3	
29.2		737		18.3	
676		806		23.5	
25.8		36.3		23.5	
18 (げつ)		19 (か)		20 (すい)	
こんにゃくサラダ たけのこごはん		マセドアンサラダ ごはん		こまつなとツナのあえもの まーぼーどん	
しゅうまい		ハンバーグデミグラスソース		きのこのスープ	
むらくもじる		コーンスープ		かにかいふみさらだ はちみつパン	
しょうがくぶ 527		しょうがくぶ 583		しょうがくぶ 583	
20.1		22.2		26.5	
676		747		747	
25.8		28.4		34	
25.8		28.4		34.2	
25.8		28.4		34.2	
25 (げつ)		26 (か)		27 (すい)	
オレンジ とりなんばんうどん		こまつなのソテー ごはん		ひじきのいりに ごはん	
にくまん		ちぐさやき		ぶたにくのしょうがやき	
		たまねぎのみそしる		こまつなのみそしる	
しょうがくぶ 604		しょうがくぶ 569		しょうがくぶ 576	
23.7		24.4		23.3	
774		730		739	
30.4		31.3		29.9	
30.4		31.3		29.9	
28 (もく)		29 (きん)		しょうわの日 	
いかサラダ シュガー揚げパン		ポトフ			
しょうがくぶ 493		しょうがくぶ 632			
18.3		23.5			
632					
23.5					

♪こんだては、つごうによりへんこうすることがあります♪