



給食メニュー



2019年

月	火	水	木	金	土
1 トンカツ 野菜の蒸し煮 昆布の煮物	2 白身魚のチリソース 大学芋 きゅうりの豆板醤	3 照り焼きチキン キャベツのごまだれ和え スパゲティナポリタン	4 ツナじゃがコロケ ひじきの煮物 小松菜ともやしの和え物	5 豚肉の野辺焼き 大根煮物 蓮根きんぴら	6 おまかせ
8 鮭の塩焼き ワカメと玉ねぎの ごま油炒め 八宝菜	9 鶏の唐揚げ 糸コン煮物 焼きそば	10 照り焼きハンバーグ 切りごぼうとベーコンの 塩炒め ほうれん草と人参の和え物	11 豚肉の焼き肉風 ツナマカロニ かき揚げ	12 白身魚の磯部揚げ じゃが芋の揚げ煮 麻婆豆腐	13 おまかせ
15 鶏肉のトマトソース かぼちゃの煮物 ペネアラビータ	16 ミンチカツ 大根のカレー煮 煮豆	17 豚肉のごまだれ焼き もやしと人参の和え物 野菜の中華風炒め	18 白身フライ きんぴらごぼう 和風ポテトサラダ	19 チキン南蛮 コールスローサラダ 焼きビーフン	20 おまかせ
22 ミートボール フライドポテト ミックスビーンズ煮物	23 豚肉の生姜焼き ほうれん草とトマトの 和え物 野菜スパゲティ	24 白身魚のおろしソース さつま芋のきんぴら 玉ねぎとグリーンピースの 炒め煮	25 ささ身カツ 切干大根 高野豆腐	26 和風ハンバーグ ツナチャプチェ もやしと木耳の和え物	27 おまかせ
29 おやすみ	30 おやすみ				

※前日仕入れで全て当日作っています。その為仕入れ等の関係でメニューが変更することがありますのでご了承ください。

レモン(株)の経営理念「子どもの健康を食で支える。」

レモンの給食は化学調味料など人工的な添加物は使わず、自然に存在する食材だけで味付けしています。煮物や汁物のだしは昆布や椎茸などからとり、味噌や醤油などの調味料は保存料や着色料など含まれていないものを使っています。そして「食事は自然の食べ物が持つ生命力をいただくこと」という考えに基づき、その生命力が最も高まる旬の食材をできるだけ使うことを心がけています。

春であればセリやタケノコ、夏ならキュウリやナス、秋から冬にかけては根菜などです。さらに主食となるお米は、完全に精米した白米ではなく胚芽が残っている五分付き米も使用しています。もちろん、こうした食材は全て有機肥料を与え農薬を使わずに育てられたものです。またアレルギー体質のある子どもでもほかの子達と同じ給食が食べられるように、卵や乳製品などは一切使用していません。すでに体が出来上がっている大人と違い、成長過程にある子どもの健康は何を食べるかに大きく影響されます。食べ物がそのまま体をつくる材料になるからです。保存料や着色料などの人工的な添加物は国も使用を認めてますが、人体に害を及ぼすか否かは未知です。ただ自然に存在するものではないため、子どもの成長や健康を促すような材料にはなり得ないと思います。

ただ空腹を満たすだけの食事ではなく、意識して生命力のあるものを食して行きたいですネ！

