



# 給食メニュー



2020年

| 月   | 火   | 水  | 木  | 金                                      | 土          |
|---|---|--|--|--|------------|
|   |   | 1<br>白身魚のチリソース<br>大学芋<br>キャベツの豆板醤                  | 2<br>照焼ハンバーグ<br>玉ねぎとコーンの<br>ドレッシング和え<br>大豆昆布 | 3<br>鶏肉の照煮<br>大根煮物<br>かぼちゃ蒸し           | 4<br>おやすみ  |
| 6<br>ささ身カツ<br>野菜の蒸煮<br>ごま昆布                   | 7<br>きびなご天ぷら<br>糸コン煮物<br>焼きそば             | 8<br>ハンバーグトマトソース<br>切りごぼうとベーコンの塩炒め<br>ほうれん草と人参の和え物 | 9<br>豚肉の焼肉風<br>ツナマカロニ<br>かき揚げ                | 10<br>白身魚の磯辺揚げ<br>マーボー豆腐<br>じゃが芋の甘辛煮   | 11<br>おまかせ |
| 13<br>きびなごフライ<br>わかめと玉ねぎの<br>ごま油和え<br>大根のカレー煮 | 14<br>照焼チキン<br>ひじき煮物<br>スパゲティナポリタン        | 15<br>コロケ<br>きんぴらごぼう<br>小松菜ともやしの和え物                | 16<br>白身魚の西京揚げ<br>ほうれん草とキャベツのソテー<br>和風ポテトサラダ | 17<br>チキン南蛮<br>コールスローサラダ<br>ツナ大根       | 18<br>おまかせ |
| 20<br>鶏肉のトマトソース<br>かぼちゃの煮物<br>ペネアアラビアータ       | 21<br>ミンチカツ<br>野菜炒め<br>煮豆                 | 22<br>白身魚のおろしソース<br>さつま芋のきんぴら<br>玉ねぎとグリーンピース煮      | 23<br>トンカツ<br>切干し大根<br>人参とかぼちゃの甘辛煮           | 24<br>和風ハンバーグ<br>ツナチャプチェ<br>もやしと木耳の和え物 | 25<br>おまかせ |
| 27<br>ミートボール<br>フライドポテト<br>ミックスビーンズ煮          | 28<br>豚肉の生姜焼き<br>ほうれん草とトマトの和え物<br>野菜スパゲティ | 29<br>おやすみ   | 30<br>唐揚げ<br>キャベツのカレー風味和え<br>焼きビーフン          |  |            |

※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。

4月4日(土)は、社内衛生講習会のためお休みとさせていただきます。

## レモン(株)の経営理念「子どもの健康を食で支える。」

この度は、ご入園、ご進級まことにおめでとうございませす。今年度も宜しくお願ひ致しませす。

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ひませす。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ひませす。そして「食事は自然の食べ物がか持つ生命力をいただくこと」と言う考えに基づき、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ひませす。

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ひませす。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ひませす。またアレルギー体質のある子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ひませせん。すでに体が出来上がっている大人と違ひ、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せす。食べ物がかそのまま体をつくる材料になるからひませす。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ひませす、人体に害を及ぼすか否かは未知ひませす。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ひませす。