



4月分 給食献立予定表

| 日付 | こ ん だ て め い | お も な ざ い り よ う | | | | | | 加リー (kcal) タンパク (g) |
|--------|--|--------------------------|-----------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|---|-------------|------------------------------|
| | | 血やにくになる | | 体の調子をととのえる | | 力や熱のもとになる | | |
| 8 (金) | ナン 牛乳 キーマカレー ハムと大根のマリネ ヨーグルト | 牛乳 ぶた肉 ヨーグルト | 牛肉 ロースハム | だいこん たまねぎ トマト | きゅうり にんじん グリーンピース | ナン 油 ドレッシング | 601 29.7 | |
| 11 (月) | 手巻き寿司 (ツナあえ・梅・きゅうり) 牛乳 肉団子汁 | 牛乳 のり とうふ | まぐろツナ ミートボール みそ | ねぎ 梅びしお ごぼう だいこん | パセリ きゅうり にんじん はくさい | ごはん さといも マヨネーズ 油 | 655 25.8 | |
| 12 (火) | ごはん 牛乳 豚肉と野菜のみそ炒め むらくも汁 ふりかけ さくらゼリー | 牛乳 とり肉 わかめ | ぶた肉 卵 | にんじん キャベツ にんにく | たまねぎ しょうが | ごはん でん粉 油 ゼリー | 660 25.9 | |
| 13 (水) | ミルクパン マーシャルビーンズ 牛乳 チキンのオープン焼き ブロッコリーのサラダ 野菜スープ | 牛乳 ウインナー | とり肉 チーズ | さやえんどう とうもろこし たまねぎ ほうれん草 | きゅうり にんじん キャベツ もやし | パン ドレッシング マーシャルビーンズ | 675 27.7 | |
| 14 (木) | ごはん 牛乳 さばのみそ煮 五目きんぴら けんちん汁 | 牛乳 みそ さつまあげ とうふ | さば 牛肉 とり肉 | ごぼう はくさい ねぎ | にんじん だいこん | ごはん さとう ごま さといも | 593 24.9 | |
| 15 (金) | 【地産地消献立 (米粉パン)】 米粉パン 牛乳 豚肉コロッケ コールスローサラダ エビ団子スープ | 牛乳 エビボール | ぶた肉 | キャベツ とうもろこし にんじん | きゅうり はくさい ほうれん草 | 米粉パン 油 ドレッシング じゃがいも はるさめ | 697 25.7 | |
| 18 (月) | ごはん 牛乳 ポークカレー 福神漬 フルーツのヨーグルトあえ | 牛乳 ヨーグルト | ぶた肉 | たまねぎ すりおろしりんご パイン | にんじん 桃 みかん | ごはん 油 じゃがいも | 697 19.5 | |
| 19 (火) | ごはん 牛乳 鮭の塩焼き 浅漬け 筑前煮 | 牛乳 とり肉 | 鮭 さつまあげ | だいこん しょうが キャベツ たけのこ | きゅうり にんじん ごぼう れんこん しいたけ | ごはん さとう 油 さといも | 617 30.8 | |
| 20 (水) | 黒パン とちおとめジャム 牛乳 ミートスパゲティ イタリアンサラダ | 牛乳 ぶた肉 粉チーズ | 牛肉 いか | にんじん グリーンピース きゅうり パブリカ | トマト アスパラガス ブロッコリー | パン 油 スパゲティ ドレッシング | 587 25 | |
| 21 (木) | 赤飯 牛乳 鶏のから揚げ 磯香りあえ 沢煮椀 いちごゼリー | 牛乳 ぶた肉 | とり肉 のり | ほうれん草 にんじん ごぼう ねぎ | もやし しめじ だいこん | 赤飯 油 ゼリー でん粉 ごま | 650 25.2 | |
| 22 (金) | はちみつパン チョコパテ 牛乳 ビーフシチュー ハムチーズサラダ | 牛乳 生クリーム チーズ | 牛肉 ロースハム | たまねぎ グリーンピース キャベツ | にんじん きゅうり | パン バター マヨネーズ チョコパテ じゃがいも | 666 25.5 | |
| 25 (月) | ごはん 牛乳 エビシューマイ ナムル マーボー豆腐 | 牛乳 ぶた肉 | エビ とうふ | ほうれん草 もやし たけのこ にら | にんじん ねぎ しいたけ | ごはん ごま 油 小麦粉 ドレッシング | 635 26.7 | |
| 26 (火) | セルフかき揚げ天井 牛乳 即席漬け みそ汁 | 牛乳 エビ あぶらあげ | いか とうふ みそ | キャベツ にんじん えのきたけ | きゅうり しょうが ほうれん草 | ごはん 油 さといも | 640 21.4 | |
| 27 (水) | 食パン はちみつ&マーガリン 牛乳 焼きそば グリーンサラダ アセロラゼリー | 牛乳 いか | ぶた肉 ちくわ | キャベツ ブロッコリー きゅうり | にんじん アスパラガス とうもろこし | パン 焼きそば ドレッシング はちみつマーガリン 油 ゼリー | 640 25 | |
| 28 (木) | 三色丼 牛乳 五目みそ汁 | 牛乳 とり肉 | 卵 みそ | ほうれん草 にんじん さやえんどう | たまねぎ えのきたけ | ごはん さとう 油 ごま じゃがいも | 640 27.6 | |

※ 食材料、購入等の都合により献立を変更することがあります。

今月の給食目標 楽しい給食にしよう

ご入学・ご進級おめでとうございます。

始業式と同時に給食が始まり、13日には1年生も給食が始まります。献立表には、その日の献立と、その日使われている食材料を書いています。「毎日の給食で何を食べたの?」と聞いてみるなど、給食にも興味をもち、楽しい給食の時間を過ごしてほしいと思います。

今年度も、給食が子どもたちの健康のみなもとになるよう努めていきたいと思ひます。よろしくお願ひします。

★21日：お祝ひ献立・・・1年生の入学と2年生以上の進級のお祝ひの献立です。

給食の献立を毎日本校のホームページに載せております。ご覧下さい。

