

# 4月分給食献立予定表

にっこうしりつにっこうしょうがっこう  
日光市立日光小学校

日付	こ ん だ て め い	おもなざいりょう			カロリー(kcal)
		あか 血や肉になる	きいろ 熱や力のもとになる	みどり 体の調子をととのえる	
8 (金)	バターロール レモンハニー 牛乳 チキンのオープン焼き グリーンサラダ はるさめスープ さくらゼリー	ぎゅうにゅう とりにく チーズ	パン バター はるさめ ドレッシング ゼリー	ブロッコリー アスパラ きゅうり にんじん たまねぎ はくさい しいたけ	637 25.1 2.9
11 (月)	てまきごはん(ツナ・きゅうり・梅) 牛乳 にくだんごじる	ぎゅうにゅう とりにく ツナ とうふ みそ のり	ごはん さといも マヨネーズ	きゅうり ごぼう にんじん だいこん はくさい うめ パセリ	636 24.7 3.2
12 (火)	コッペパン いちごマーガリン 牛乳 きつねうどん ブロッコリーサラダ みかんヨーグルト	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ハム ヨーグルト	パン うどん ごま ドレッシング いちごマーガリン	にんじん しいたけ ねぎ ほうれんそう ブロッコリー たまねぎ コーン	612 24.0 2.9
13 (水)	ごはん 牛乳 とろあじなばんしょうゆやき おひたし ゆばとじゃがいものにももの	ぎゅうにゅう あじ ゆば かつおぶし のり	ごはん じゃがいも あぶら ざらめ	ほうれんそう にんじん もやし キャベツ たまねぎ きぬさや しらさき	676 30.6 2.0
14 (木)	いかてんどん 牛乳 そくせきづけ みそしる とちおとめゼリー	ぎゅうにゅう いか とうふ あぶらあげ わかめ みそ	ごはん あぶら ゼリー	だいこん きゅうり ねぎ キャベツ たまねぎ かんぴょう しょうが	677 24.0 2.8
15 (金)	ピタパン 牛乳 チキンパティ ごぼうサラダ チリコンカン	ぎゅうにゅう とりにく だいず	ピタパン じゃがいも あぶら マヨネーズ	ごぼう きゅうり にんじん コーン たまねぎ トマト マッシュルーム	634 28.3 2.6
18 (月)	ごはん 牛乳 チキンカレー ふくじんづけ かいそうサラダ セノビーゼリー	ぎゅうにゅう とりにく わかめ	ごはん じゃがいも あぶら カレールウ ドレッシング ゼリー	たまねぎ にんじん しょうが にんにく きゅうり キャベツ コーン りんご	668 18.7 2.8
19 (火)	コッペパン いちごジャム スパゲティミートソース ハムのマリネ	ぎゅうにゅう とりにく ぎゅうにく ハム こなチーズ	パン スパゲティ むえんバター あぶら ドレッシング ジャム	たまねぎ にんじん セロリ トマト マッシュルーム にんにく だいこん きゅうり	648 26.4 2.8
20 (水)	<b>**入学お祝い献立**</b> おせきはん 牛乳 とりのからあげ いそあえ さわにわん おいおいチョコケーキ	ぎゅうにゅう とりにく のり	せきはん でんぶん あぶら ケーキ	ほうれんそう にんじん もやし ごぼう だいこん しめじ こまつな ねぎ	707 27.5 1.8
21 (木)	ごはん 牛乳 にくだんご きりぼしだいこんのにつけ むらくもじる	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ たまご わかめ	ごはん あぶら ざらめ でんぶん	だいこん にんじん しいたけ たまねぎ	615 21.6 2.5
22 (金)	ココアパン 牛乳 ツナマヨオムレツ かんぴょうサラダ えびだんごスープ フルーツあんぱん	ぎゅうにゅう たまご ツナ とりにく エビ	パン はるさめ マヨネーズ ドレッシング あんぱん	キャベツ かんぴょう コーン きゅうり ねぎ はくさい にんじん ほうれんそう もも	609 23.8 3.0
25 (月)	さんしょくどん 牛乳 はるキャベツのみそしる アセロラゼリー	ぎゅうにゅう とりにく たまご わかめ みそ	ごはん あぶら さとう ごま ゼリー	ほうれんそう キャベツ たまねぎ ねぎ えのき	633 24.0 2.6
26 (火)	<b>**地産地消献立**</b> こめこパン 牛乳 みかんジャム けんさんぶたにくコロケ ビーンズサラダ やさいスープ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ハム ミックスビーンズ	パン じゃがいも あぶら パンこ ジャム ドレッシング	きゅうり にんじん コーン キャベツ たけのこ たまねぎ きぬさや	667 24.4 2.6
27 (水)	ごはん 牛乳 さばみそに ピリッとづけ のっぺいじる	ぎゅうにゅう とりにく さば みそ	ごはん さといも ごま でんぶん	キャベツ きゅうり ごぼう にんじん だいこん はくさい しいたけ こんにゃく	611 21.4 2.4
28 (木)	ごはん 牛乳 えびのすいしょうづつみ ちゅうかあえ マーボーどうふ	ぎゅうにゅう とりにく えび ハム とうふ みそ	ごはん はるさめ ごま あぶら でんぶん ドレッシング	にんじん たけのこ しいたけ ねぎ しょうが にんにく にら キャベツ きゅうり	666 25.4 2.3

★献立は、材料の都合により変更になる場合があります。

今月の目標：給食の準備や片付けを上手にしよう！

【地場産物を取り入れた献立】  
26日(火)の米粉パンは、  
日光市産の米粉を使用しています。