

# 4月分 給食献立予定表

きゅうしよくこんだて よていひょう

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			総計(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	
9 (月)	ごはん ぎゅうにゅう さんまうめに さつまあげとひじきのにつけ とんじる	ぎゅうにゅう さんま ひじき さつまあげ ぶたにく とうふ みそ	ごはん あぶら さとう じゃがいも こんにゃく	たまねぎ にんじん だいこん ごぼう ねぎ	670 26.7 21.8
10 (火)	くろパン ぎゅうにゅう しろみざかなフライ おんやさいサラダ にくだんごスープ	ぎゅうにゅう ほき ハム チーズ ミートボール	くろパン あぶら はるさめ	ブロッコリー にんじん はくさい	669 27.2 30.2
11 (水)	ごはん ぎゅうにゅう わふうハンバーグ れんこんサラダ いなかじる	ぎゅうにゅう ハンバーグ とうふ みそ	ごはん さとう でんぷん さといも こんにゃく あぶら	れんこん にんじん きゅうり コーン だいこん ごぼう はくさい ねぎ	663 22.1 22.8
12 (木)	ごはん ぎゅうにゅう いかてんぷら そくせきづけ みそしる	ぎゅうにゅう いか わかめ	ごはん あぶら じゃがいも	だいこん にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ	646 20.8 20.9
13 (金)	ホットドック ぎゅうにゅう チャンポンメン つぶつぶレモンゼリー	ぎゅうにゅう いか ウインナー なた ぶたにく えび	コッペパン あぶら ちゅうかめん ゼリー	キャベツ たまねぎ にんじん はくさい もやし ねぎ	644 30.2 25.6
16 (月)	ごはん ぎゅうにゅう なつとう にくじゃが ごまあえ	ぎゅうにゅう なつとう ぶたにく	ごはん あぶら じゃがいも ざらめ ごま さとう	にんじん たまねぎ しらたき グリンピース ほうれんそう もやし キャベツ	661 25.7 18.9
18 (水)	※※地産地消献立～アスパラ～※※ むぎごはん ぎゅうにゅう ツナサラダ ポークカレー ヒレカツ ふくじんづけ ヨーグルト	ぎゅうにゅう わかめ ぶたにく ツナ ヨーグルト	むぎごはん あぶら じゃがいも ごま	たまねぎ にんじん にんにく キャベツ きゅうり アスパラ	802 29.7 26.8
19 (木)	※※入学お祝い献立※※ せきはん ぎゅうにゅう いそあえ とりのからあげ すましじる おいわいいデザート(ゼリー)	ぎゅうにゅう のり とりにく わかめ	せきはん でんぷん あぶら ゼリー	にんにく ほうれんそう もやし みつば	635 24.0 18.8
20 (金)	ミルクパン ぎゅうにゅう ホイップハニーソフト スパゲティミートソース イタリアンサラダ	ぎゅうにゅう えび とりにく いか チーズ	ミルクパン あぶら スパゲティ ホイップハニーソフト	たまねぎ にんじん グリンピース にんにく トマト ブロッコリー あかピーマン きいろピーマン	662 27.0 22.9
23 (月)	ごはん ぎゅうにゅう ほうれんそうのナムル マーボー豆腐 エビしゅうまい	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく	ごはん あぶら ごま	ねぎ しいたけ たけのこ にんじん キャベツ いら もやし にんにく	631 25.1 21.9
24 (火)	チーズパン ぎゅうにゅう やきそば ビーンズサラダ さくらゼリー	ぎゅうにゅう ちくわ ぶたにく いか ミックスビーンズ	チーズパン あぶら やきそばめん こんにゃく	にんじん きゅうり キャベツ コーン	599 24.9 18.6
25 (水)	ごはん ぎゅうにゅう さわらさいきょうやき けんちんじる きりぼしだいこんのにつけ	ぎゅうにゅう さわら ぶたにく とうふ あぶらあげ	ごはん あぶら ざらめ さといも	だいこん にんじん ごぼう はくさい	605 26.7 17.5
26 (木)	ごはん ぎゅうにゅう にくやさしいため ちゅうかふうコーンスープ	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく	ごはん あぶら さとう でんぷん	ねぎ しょうが もやし にんにく にんじん キャベツ たまねぎ	669 24.5 20.6
27 (金)	はつみつパン ぎゅうにゅう コロケ ほうれんそうサラダ ミネストローネスープ	ぎゅうにゅう ツナ ベーコン チーズ	はちみつパン バター じゃがいも あぶら	ほうれんそう きゅうり コーン キャベツ にんじん たまねぎ トマト	688 24.7 30.2

★献立は、材料の都合により変更になる場合があります。



こんげつ もくひょう きゅうしよく じゆんび  
**今月の目標：給食の準備やあとかたづけを  
 上手にしよう！**



じばうさんぶつ と い こんだて  
**〔地場産物を取り入れた献立〕**

18(水) に使用する《アスパラ》は日光産物です。

※3月の異物混入に伴いとんかつの提供が出来なかったため、18(水)にヒレカツを提供いたします。