

# 4月の予定献立表 (牛乳は毎日つきます)



日	曜	献立名	使用する主な食品			エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 食塩相当量 g
			赤の食品	黄色の食品	緑の食品			
			血や肉、骨になる食品	熱や力のもとになる食品	体の調子を整える食品			
8	金	始業式/全校お弁当日						
9	土	<b>入字式</b>						
11	月	振替休業日						
12	火	【行事食:入学祝いメニュー】ご飯 かきたま汁 チーズインハンバーグ のり塩ポテト お祝いいちごゼリー	牛乳 はんぺん 卵 鶏肉 チーズ	ご飯 三温糖 じゃがいも 油	人参 えのき まいたけ みつば	906	29.5	33.0 3.1
13	水	(チリコンカンドッグ) 背割りソフトパン ウィンナー チリコンカン ほうれん草のミルクスープ	牛乳 ベーコン 豚肉 大豆 ひよこ豆	パン じゃがいも マーガリン 油	しめじ ほうれん草 玉葱 人参 トマト	905	33.0	30.2 3.0
14	木	ご飯 春雨スープ 焼売(1人3個) ミルメーク	牛乳 豚肉	ご飯 春雨 ごま油	ほうれん草 もやし 人参 長葱 椎茸	738	27.8	20.3 2.0
15	金	ご飯 鶏鍋汁 あつあつ笹かま 絹揚げと里芋の味噌煮	牛乳 なると かまぼこ 豚肉 厚揚げ	ご飯 里芋 油 三温糖	大根 人参 ごぼう せり 玉葱	735	29.4	25.9 3.0
18	月	ご飯 納豆 ひきな汁 肉入り五目さんぴら	牛乳 納豆 鶏肉 油揚げ 豚肉	ご飯 じゃがいも ごま 油 三温糖 ごま油	人参 長葱 大根 牛蒡 れんこん 椎茸	757	29.7	20.8 2.1
19	火	ご飯 ポークカレー ★塩蔵サラダ	牛乳 豚肉 チーズ ちくわ いか えび	ご飯 じゃがいも 油 ペンネ オリーブ油	玉葱 人参 キャベツ セロリ トマト	784	29.5	20.6 3.0
20	水	ご飯 味付けのり ふの味噌汁 鯖の味噌煮 りんご	牛乳 豆腐 油揚げ 鯖	ご飯 豆ふ じゃがいも	玉葱 人参 胡瓜 キャベツ レモン	808	32.4	23.4 2.3
21	木	食パン ブルーベリージャム ミネストローネ チキン南蛮 パックタルソース	牛乳 ベーコン 大豆	食パン じゃがいも オリーブ油 三温糖	玉葱 人参 キャベツ セロリ トマト	866	39.4	32.2 2.9
22	金	ご飯 華風なめこスープ あさりと春雨の煮浸し オレンジ	牛乳 豚肉 卵 豆腐 あさり 油揚げ	ご飯 ごま油 春雨 油 三温糖	なめこ 長葱 人参 椎茸 小松菜 キャベツ オレンジ	771	37.1	27.2 2.7
25	月	バターロールパン 白菜のスープ ペンネボンゴレピアンコ	牛乳 豚肉 卵 豆腐 あさり	パン じゃがいも ペンネ オリーブ油	白菜 にんじん 玉葱 ブロッコリー マッシュルーム	799	32.6	29.5 2.9
26	火	ご飯 中華丼の具 胡瓜のメンマ和え チーズ	牛乳 豚肉 いか えび うずらの卵 チーズ	ご飯 三温糖 片栗粉 ごま油	玉葱 人参 白菜 もやし 椎茸	753	28.5	23.2 2.9
27	水	米粉フォカッチャ 春キャベツのスープ チーズオムレツ パックケチャップ アセロラゼリー	牛乳 ウィンナー 卵 チーズ	パン	えのき キャベツ 人参 大根	746	28.5	23.2 3.0
28	木	ご飯 豚汁 メンチカツ パックソース	牛乳 豚肉 厚揚げ	ご飯 じゃがいも 油	人参 ごぼう 長葱 大根 白菜	825	27.3	23.5 2.7

## 給食着について

給食当番は、週の最後の給食日に白衣を持ち帰り、洗濯をし、アイロンをかけて週の始めに持ってきてください。また、給食着はみんなで使用し、年度末に学校へ返却となります。紛失しないように大切に使用いただくようご協力をお願いします。

