



がつ よていこんだてひょう 4月 予定献立表



日	曜	主食(主菜)	牛乳	主菜・副菜・デザート	主な使用食材			エネルギー (Kcal)
					血や肉になる (あかのなかま)	熱や力になる (きいろのなかま)	体の調子ととのえる (みどりのなかま)	たんぱく質 (g)
2~6年生 給食開始								
9	水	黒ざとうパン	牛乳	レンズ豆入りカレースープ カラマンダリン	牛にゅう ベーコン ぶた肉 レンズ豆	黒ざとうパン 油 じゃがいも	にんにく セロリ たまねぎ にんじん キャベツ こまつな カラマンダリン	476 19.9
10	木	マーボー丼	牛乳	いか入り中華サラダ りんご	牛にゅう ぶた肉 みそ とうふ いか	米 麦 油 さとう でんぶん ごま油 白ごま	にんにく しょうがねぎ にんじん たけのこ にら 干しいたけ きゅうり もやし りんご	611 26.8
11	金	麦入りごはん	牛乳	かつおの竜田あげ ごまあえ 豚汁	牛にゅう かつお あおのり ぶた肉 みそ とうふ	米 麦 油 さとう でんぶん 白ごま ごま油 こんにゃく じゃがいも	しょうが キャベツ にんじん もやし こまつな ごぼう だいこんねぎ	618 30.2
1年生 給食開始								
14	月	ポークカレーライス	牛乳	ひじきサラダ 紅白ゼリー	牛にゅう ぶた肉 ひじき 粉かん天 生クリーム	米 麦 油 じゃがいも 小麦粉 はちみつ さとう	にんにく しょうが セロリ たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり いちご	645 18.8
15	火	麦入りごはん	牛乳	魚のピリ辛焼き 切り干し大根の炒め煮 むらくも汁	牛にゅう さば とり肉 油あげ たまご とうふ	米 麦 さとう でんぶん 白ごま こんにゃく	しょうが 切り干しだいこん にんじん たまねぎ こまつな	616 29.6
16	水	カレービーンズ ホットサンド	牛乳	コーンチャウダー(米粉) わかめサラダ	牛にゅう ぶた肉 大豆 ベーコン 生クリーム わかめ	ミルクパン 油 小麦粉 じゃがいも 米粉 白ごま さとう ごま油	にんにく セロリ たまねぎ にんじん ホールトマト ピーマン とうもろこし パセリ きゅうり キャベツ	590 25.5
17	木	高野豆腐の そぼろ丼	牛乳	もやしのごまじょうゆあえ 呉汁	牛にゅう ぶた肉 高野とうふ 油あげ とうふ 大豆 みそ	米 麦 油 さとう 白ごま ごま油 じゃがいも	しょうが にんじん 干しいたけ さやいんげん もやし きゅうり しょうがねぎ ごぼう だいこん こまつな	632 29.0
18	金	スパゲティ 海の幸ソース	牛乳	ポテト入りサラダ パイナップルケーキ	牛にゅう ぶた肉 えび いか たまご チーズ	スパゲティ 油 小麦粉 じゃがいも さとう バター	セロリ にんにく たまねぎ にんじん ホールトマト ピーマン キャベツ きゅうり とうもろこし レモン バイン缶	648 26.2
21	月	ゼ/ワースパン	牛乳	ポークビーンズ ツナ入りサラダ	牛にゅう たまご ぶた肉 大豆 ツナ	ミルクパン バター さとうアーモンド 小麦粉 油 じゃがいも はちみつ	セロリ たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ きゅうり とうもろこし	643 26.0
22	火	わかめごはん	牛乳	とうふ入り卵焼き 磯香あえ だいこんのみそ汁	牛にゅう わかめ とり肉 とうふ たまごのり 油あげ みそ	米 麦 油 白ごま さとう	しょうが たまねぎ にんじん 干しいたけ さやいんげん キャベツ もやし こまつな えのきたけ だいこん	572 24.7
23	水	えび焼きそば	牛乳	青のりフライドポテト サイダー入りフルーツポンチ	牛にゅう えび あおのり	おし中華めん 油 でんぶん じゃがいも さとう	にんにく しょうがねぎ たまねぎ にんじん たけのこ 干しいたけ にら レモン バイン缶 みかん缶 もも缶	620 23.3
24	木	麦入りごはん おかかふりかけ	牛乳	変わり肉じゃが キャベツとえのきのおひたし ニューサマーオレンジ	牛にゅう けずり節 のり ぶた肉 高野とうふ	米 麦 さとう 白ごま こんにゃく じゃがいも	たまねぎ にんじん さやいんげん えのきたけ キャベツ	584 22.8
25	金	担々チャーハン	牛乳	ししゃものごま焼き とうふ入り五目スープ	牛にゅう たまご ぶた肉 とり肉 みそ ししゃも とうふ	米 油 ごま油 さとう でんぶん 小麦粉 白ごま 黒ごま	干しいたけねぎ にんじん チンゲンサイ にんにく しょうが たまねぎ たけのこ もやし こまつな	628 28.2
28	月	たけのこごはん	牛乳	いかのかいり揚げ 野菜の甘酢あえ とうふのみそ汁	牛にゅう 油あげ いか とうふ みそ わかめ	米 油 でんぶん 白ごま さとう ごま油	たけのこ にんじん さやえんどう しょうが もやし キャベツ こまつな えのきたけ	566 26.3
29	火	昭和の白						
30	水	きつねうどん	牛乳	野菜のおかかあえ 草だんご	牛にゅう とり肉 油あげ けずり節 うぐいすきなこ	うどん 油 さとう 白ごま 白玉粉 小麦粉	たまねぎ にんじん しょうが ねぎ こまつな キャベツ もやし あしたば粉	585 25.8

* 献立は都合により変更する場合があります。

★ルールを守って楽しく食べましょう★

