

# 4月分学校給食献立表

日	曜日	献立名	おもなざいりょう			栄養価 E値キー-kcal たんぱく質g	家庭で とってほしい 食品
			あかの食品 (おもにからだをつくる)	きいろの食品 (おもにエネルギーのもとになる)	みどりの食品 (おもにからだのちようしをとのえる)		
9	火	コッペパン		パン		599	青菜類 種実類
		チキンとマカロニのクリームに ハムとやさいのソテー	とりにく ぎゅうにゅう	マカロニ じゃがいも あぶら シチュールウ あぶら	たまねぎ にんじん ほうさい しめじ もやし とうもろこし こまつな	24.1	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
10	水	ツナそぼろどんぶり (ごはん ツナそぼろ)	ツナ たまご	ごはん さとう あぶら	しょうが えだまめ	588	いも類 小魚
		たまねぎのみそしる ぎゅうにゅう せとみ	どうふ あぶらあげ わかめ むぎみそ ぎゅうにゅう	さとう あぶら	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ せとみ	26.6	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
11	木	コッペパン		パン		584	果物 緑黄色野 菜
		はるまき ごまじゃこサラダ もずくスープ	はるまき ツナ しらすぼし とりにく もずく とうふ	あぶら ごま さとう ごまあぶら	キャベツ セロリウ もやし たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	25.0	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
12	金	ごはん		ごはん		625	魚介類 種実類
		はるやさいのそぼろに たくあんあえ	ぶたにく だいずミート なまあげ	じゃがいも ごんにやく あぶら さとう かたくりこ ごま	にんじん たけのこ たまねぎ さやえんどう キャベツ きゅうり たくあん	21.7	
		ぎゅうにゅう ひゅうがなつゼリー	ぎゅうにゅう	ひゅうがなつゼリー			
15	月	ビーフカレーライス (ごはん ビーフカレーシチュー)	ぎゅうにく しろいんげんまめ	ごはん じゃがいも バター ごまごこ あぶら	にんじん たまねぎ にんにく すりりんご	625	きのこ類 果物
		かいそうサラダ ぎゅうにゅう	ツナ かいそうミックス ぎゅうにゅう	さとう ごまあぶら	キャベツ きゅうり	20.8	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
16	火	セルフサンドイッチ(しょくパン じゃがいもとベーコンのサラダ スライスチーズ) やさいたっぷりスープ	ベーコン チーズ とりにく	しょくパン じゃがいも バター	えだまめ にんじん たまねぎ もやし こまつな キャベツ	606	野菜 卵
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			26.5	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
17	水	ごはん		ごはん		619	果物 乳製品
		さばのみそに きんぴらごぼう かきたまじる	さばのみそに ぶたにく どうふ たまご	あぶら さとう かたくりこ	にんじん ごぼう さやいんげん たまねぎ えのきたけ にんじん ほうさい ねぎ	28.0	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
18	木	コッペパン		パン		599	魚介類 きのこ類
		ミートボールのケチャップに だいこんサラダ	ミートボール ロースハム	マカロニ じゃがいも あぶら さとう ごま ノンエッグマヨネーズ さとう	たまねぎ にんじん ほうれんそう だいこん きゅうり	23.0	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
入学・進級お祝いこんだて							
19	金	たけのこごはん さげのチーズフライ うおソーメンのすましじる ぎゅうにゅう おいおいちごゼリー	とりにく あぶらあげ さげのチーズフライ なまあげ うおソーメン わかめ ぎゅうにゅう	ごはん あぶら さとう あぶら おいおいちごゼリー	たけのこ にんじん さやえんどう ほうれんそう たまねぎ えのきたけ にんじん	672	いも類 卵
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			31.0	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
22	月	ごはん		ごはん		624	青菜類 果物
		まーぼーどうふ ちゅうかあえ ぎゅうにゅう	ぶたにく とうふ あかみそ どろろみそ ぎゅうにゅう	あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ ごま さとう ごまあぶら	たまねぎ にんじん ほうさい ほうししいたけ にら しょうが にんにく もやし にんじん きゅうり	27.2	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
23	火	ココアパン ラビオリスープ アスパラサラダ ぎゅうにゅう てつぶんヨーグルト	ラビオリ チキンハム ぎゅうにゅう てつぶんヨーグルト	パン ココア じゃがいも あぶら ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ にんじん ほうれんそう キャベツ とうもろこし アスパラガス	616	きのこ類 豆類
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			24.1	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
24	水	ごはん		ごはん		680	いも類 海藻類
		いわしのあまからあげ とんじる ぎゅうにゅう いちご	いわし ぶたにく とうふ あぶらあげ むぎみそ ぎゅうにゅう	かたくりこ あぶら さとう ごんにやく	しょうが たいこん にんじん しめじ ごぼう ねぎ いちご	28.1	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
25	木	クロワッサン ナポリタンスパゲティ ひじきのマリネ ぎゅうにゅう	フランクフルト ベーコン ひじき ツナ ぎゅうにゅう	クロワッサン スパゲティ あぶら あぶら さとう	たまねぎ にんじん ビーマン マッシュルーム キャベツ にんじん	662	青菜類 魚介類
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			22.7	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
26	金	ハヤシライス (ごはん ハヤシシチュー) フルーツミックス ぎゅうにゅう	ぎゅうにく ぎゅうにゅう	ごはん あぶら ハヤシルウ マスカットゼリー	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース みかんかん バイカン ももかん パナナ みかんかじゅう	648	豆類 海藻類
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			19.4	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
30	火	セルフホットドッグ(たてわりパン チキンフランク ボイルキャベツ) よくばりスープ ぎゅうにゅう	チキンフランク ベーコン いか えび ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	パン さとう じゃがいも	キャベツ たまねぎ ほうさい にんじん こまつな	607	種実類 野菜類
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			26.7	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				

※食材供給の都合により、献立を変更する場合があります。

## ご入学・ご進級おめでとうございます

新しい学年での生活がスタートしました。学校給食は、栄養バランスのとれた食事で、子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、「感謝の心」や「心身の健康」など、さまざまなことを学ぶ教材となるものです。

地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めてまいります。

1年間、よろしくお願いいたします。



## 保護者の方へ 学校給食に関するお知らせ

毎月、献立表を配布します。………  
ご家庭での食事作りの参考にするなど、活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。

給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。…  
給食当番は1週間の交代制で、給食の配膳や準備、後片付けなどを行います。給食当番をした週の週末に給食着を持ち帰りますので、ご家庭で洗濯とアイロンがけをして、次の登校時に持たせてください。なお、ほかのお子さんも使用しますので、香りの強い洗剤や柔軟剤の使用は控えください。

