

令和6年度 4月分学校給食献立表

《4月のきゅうしょくもくひょう：給食の決まりを身につけよう》

岩国市立灘小学校

日	曜日	種類	献立名	おもなさいりょう				栄養価 エネルギー 食塩量	家庭で とって ほしい 食品
				あかいの食品 (おもに体をつくるものになる)	みどりの食品 (おもに体の調子を整えるものになる)	きいろの食品 (おもにエネルギーのもとになる)	その他の食品		
9	火	主食	ごはん			こめ	616	豆類	
		主菜	ハヤシシチュー	ぶたにく	たまねぎ にんじん にんにく	じゃがいも さとう あぶら			トマトピューレ、ケチャップ
		副菜	チーズサラダ	チーズ	キャベツ こまつな にんじん とうもろこし	あぶら さとう			す しお こしょう
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
10	水	主食	パン			パン	593	海藻	
		主菜	えびとマカロニのクリームに	えび とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ マッシュルーム にんじん ほうれんそう	マカロニ なまクリーム パター こむぎこ あぶら			しお こしょう
		副菜	こまつなととうもろこしのソテー	ベーコン	こまつな キャベツ とうもろこし	あぶら			しお こしょう しょうゆ
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
11	木	主食	たけのこごはん	とりにく あぶらあげ	たけのこ にんじん さやえんどう	こめ あぶら さとう	651	きのこ類	
		主菜	しろみざかなのてんぷら	ホキ		あぶら こむぎこ でんぶん			しお
		副菜	あいしょうじる	ベーコン とうふ みそ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ ねぎ	じゃがいも			にぼし
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
12	金	主食	たてわりパン			パン	645	小魚	
		主菜	ウインナーのケチャップに	ウインナー		さとう			ケチャップ ウスターソース
		副菜	ゆでやさい		キャベツ ほうれんそう				しお
		飲み物	ふわふわスープ	ベーコン たまご チーズ	たまねぎ にんじん パセリ	じゃがいも パンこ			しお こしょう
15	月	主食	ごはん			こめ	618	いも類	
		主菜	ぶたにくとあつあげのみそいため	ぶたにく なまあげ みそ	キャベツ にんじん ねぎ しいたけ	あぶら さとう			しょうゆ さけ
		副菜	すいぎょうざスープ	すいぎょうざ	たまねぎ にんじん もやし キャベツ ねぎ きくらげ しいたけ				しょうゆ しお こしょう
		飲み物	オレンジ	オレンジ					
16	火	主食	ごはん			こめ	609	海藻	
		主菜	にくじゃが	ぶたにく なまあげ	たまねぎ にんじん いんげんまめ	じゃがいも こんにゃく あぶら さとう			しょうゆ
		副菜	きりぼしだいこんのあますあえ	ちくわ	きりぼしだいこん にんじん きゅうり	ごま あぶら さとう			しょうゆ す
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
17	水	主食	パン			パン	584	豆類	
		主菜	ミートボールのケチャップに	ミートボール	たまねぎ キャベツ エダマメ マッシュルーム とうもろこし トマト	じゃがいも あぶら さとう			しお こしょう ケチャップ ウスターソース
		副菜	ひじきのマリネ	ひじき ハム チーズ	だいこん きゅうり	あぶら さとう			す しょうゆ しお
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
18	木	主食	むぎごはん			こめ むぎ	606	きのこ類	
		主菜	ポークカレーシチュー	ぶたにく しろはなまめ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが	じゃがいも あぶら パター こむぎこ はちみつ			しょうゆ ウスターソース しょうゆ トマトピューレ
		副菜	ごまじゃこサラダ	とりにく しろすぼし	キャベツ ピーマン とうもろこし	ごま さとう ごまあぶら			しょうゆ す
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
19	金	主食	パン チョコパテ			パン チョコパテ	624	乳製品	
		主菜	タラのレモンふつま	タラ	レモンかじゅう	でんぶん あぶら さとう			しょうゆ
		副菜	ABCスープ	とりにく	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	マカロニ			しお こしょう しょうゆ
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
22	月	主食	ごはん			こめ	616	果物	
		主菜	マーボー豆腐	ぶたにく とうふ みそ	たまねぎ にんじん しいたけ ほうろく しょうが ねぎ	ごまあぶら さとう でんぶん			しょうゆ
		副菜	はるさめサラダ	ハム	キャベツ にんじん きゅうり	はるさめ さとう ごまあぶら			す しょうゆ
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
23	火	主食	ちらしずし	たまご えび ちくわ あぶらあげ	にんじん ごぼう しいたけ えだまめ	こめ さとう	636	いも類	
		主菜	さばのみそに	さば みそ					
		副菜	とうふじる	とうふ あぶらあげ わかめ	たまねぎ にんじん こまつな				かつおぶし しお しょうゆ
		飲み物	おいわいいちごゼリー	とうにゅう	いちごかじゅう	さとう			
24	水	主食	パン			パン	595	種実類	
		主菜	ポークビーンズ	ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん えだまめ トマト	じゃがいも あぶら パター こむぎこ			ケチャップ ウスターソース しお こしょう
		副菜	ほうれんそうとベーコンのソテー	ベーコン	ほうれんそう もやし とうもろこし	あぶら			しお こしょう しょうゆ
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
25	木	主食	ごはん			こめ	630	乳製品	
		主菜	チキンチキンごぼう	とりにく	ごぼう えだまめ	あぶら でんぶん さとう			しょうゆ みりん
		副菜	みそしる	わかめ とうふ あぶらあげ みそ	にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	じゃがいも			にぼし
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
26	金	主食	しょうパン			パン	626	海藻	
		主菜	ミートスパグティ	ぶたにく チーズ	にんじん たまねぎ ピーマン トマト マッシュルーム	スパグティ あぶら			ウスターソース ケチャップ しお こしょう
		副菜	こまつなサラダ	ツナみずに	こまつな きゅうり キャベツ レモンかじゅう	あぶら さとう			す しょうゆ しお こしょう
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
30	火	主食	ごはん			こめ	607	いも類	
		主菜	ちゅうかどんのぐ	ぶたにく えび いか うずらたまご	たまねぎ キャベツ にんじん しいたけ きくらげ	あぶら でんぶん			しょうゆ しお こしょう
		副菜	ナムル	ほうれんそう にんじん もやし	ごま ごまあぶら さとう	しょうゆ す			
		飲み物	バナナ	バナナ					

進級・入学お祝い献立

※ 1年生の給食開始は、17日(水)です。

しんねんどはじ

新年度が始まりました

きゅうしょくとおのぞきしゅうかんけいせいちいきしょく

給食を通して、望ましい食習慣の形成、地域の食文化や郷土料理に対する理解と関心を育みます。

給食当番の身支度

- ・髪の毛が出ないように帽子をかぶろう
- ・マスクをきちんとつけよう
- ・つめは短く切っておこう
- ・石けんを使って手を洗おう
- ・清潔な白衣を着よう
- ・ハンカチを持とう

給食当番になった人は、給食の準備をする前に給食当番としてふさわしい清潔な身支度をしているかどうかを確認しましょう。

