



4月分学校給食献立表



日	曜日	献立名	おもなざいりよう			栄養価 エネルギー-kcal たんぱくしつ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 (おもにからだのちょうしをととのえる)		
9	水	小ごはん のりつくだに きつねうどん ひじきのマヨネーズあえ ぎゅうにゅう	のりつくだに あぶらあげとりにく ひじき ツナ ぎゅうにゅう	ごはん うどん さとう ごま ノンエッグマヨネーズ さとう ぎゅうにゅう	ごはん うどん さとう ごま さとう さとう ぎゅうにゅう	601 23.0	果物 青菜類
10	木	コッペパン チキンカロニのクリームに ハムとやさいのソテ ぎゅうにゅう	とりにく ギュウにゅう ロースハム ギュウにゅう	パン マカロニ ジャガイモ あぶらバター はくりきこ あぶら ジャガイモ しらつき ふ	パン トマト にんじん ごぼう さやいんげん たいこん にんじん ほしいたけ ねぎ	585 23.8	豆・豆製品 魚介類
11	金	ごはん いわしのうめに きんぴらごぼう はちはいじる ぎゅうにゅう	いわしのうめに ぶたにく とうふ あぶらあげ ぎゅうにゅう	ごはん あぶら さとう ジャガイモ しらつき ふ	ごはん にんじん ごぼう さやいんげん たいこん にんじん ほしいたけ ねぎ	616 29.3	種実類 きのこ類
14	月	おやこどん (こはん おやこどんのぐ) きりぼしだいこんのサラダ ぎゅうにゅう	とりにく たまご ちくわ ツナ ギュウにゅう	ごはん あぶら さとう ごま さとう ごまあぶら ギュウにゅう	ごはん あぶら さとう トマト にんじん たまねぎ えのき ごぼう ねぎ きりぼしだいこん こまつな にんじん	601 25.4	魚介類 いも類
15	火	ミートソースドッグ(たてわりパン ミートソース スライスチーズ) やさいたっぷりスープ ぎゅうにゅう	ぶたにく とうふ だいたい チーズ とりにく ギュウにゅう	パン パンこ さとう あぶら ジャガイモ	パン トマト にんじん たまねぎ キャベツ もやし こまつな	600 29.0	海藻類 果物
16	水	ごはん はるキャベツとぶたにくのみそいため すいきょうざスープ ぎゅうにゅう	ぶたにく なまあげ あかもそ すいきょうざ ギュウにゅう	ごはん あぶら さとう トマト	ごはん にんじん キャベツ トマト にんじん はくさい きくらげ しろねぎ	590 22.2	種実類 卵
17	木	コッペパン さけのチーズフライ ABCスープ ぎゅうにゅう いちご	さけのチーズフライ ベーコン ギュウにゅう	パン マカロニ ジャガイモ マッシュルーム いちご	パン マッシュルーム いちご	604 25.5	野菜 海藻類
18	金	カレーライス (こはん カレーシチュー) フルーツポンチ ぎゅうにゅう	ぎゅうにく しろいんげんまめ ぎゅうにゅう	ごはん ジャガイモ バター はくりきこ あぶら マスカットゼリー	ごはん にんじん たまねぎ にんにく すりんご みかんかん パインかん ももかん バナナ みかんかじゅう	640 18.4	魚介類 緑黄色野菜
21	月	ごはん ツナそぼろ どんじる ぎゅうにゅう オレンジ	ツナ たまご ぶたにく とうふ あぶらあげ むぎみそ ギュウにゅう	ごはん さとう あぶら こんにゃく オレンジ	ごはん ショウガ えだまめ たいこん にんじん ごぼう しめじ ねぎ	603 28.2	いも類 海藻類
22	火	ごくうパン ミートボールのケチャップに たいこんサラダ ぎゅうにゅう	ミートボール ベーコン チキンハム ギュウにゅう	パン くろさとう ジャガイモ あぶら さとう ごま ノンエッグマヨネーズ さとう ギュウにゅう	パン トマト にんじん ほうれんそう たいこん きゅうり	605 21.8	魚介類 果物
入学・進級お祝い献立							
23	水	わかめごはん とりのりやき なのはなのあえもの おいわいすまじる ぎゅうにゅう いちごゼリー	わかめ とりのりやき かつおぶし おいわいすまじる ぎゅうにゅう	ごはん さとう いちごゼリー	ごはん なのはな キャベツ とうもろこし たけのこ えのきたけ にんじん たまねぎ ねぎ	613 25.7	いも類 種実類
24	木	セルフホットドッグ(たてわりパン チキンフランク ポイルキャベツ) はるさめスープ ぎゅうにゅう	チキンフランク ベーコン ギュウにゅう	パン さとう はるさめ ごま	パン キャベツ トマト にんじん もやし はくさい こまつな	585 22.7	卵 豆・豆製品
25	金	ごはん まーは どうふ ちゅうかあえ ぎゅうにゅう	まーは どうふ ぶたにく とうふ あかもそ じゅうかあえ ギュウにゅう	ごはん あぶら さとう ごまあぶら かたりこ ごま さとう ごまあぶら ギュウにゅう	ごはん たまねぎ にんじん はくさい ほしいたけ にんにく もやし にんじん きゅうり	613 26.3	魚介類 果物
28	月	ごはん 子キンチキンごぼう もずくスープ ぎゅうにゅう	とりにく もずく なまあげ ギュウにゅう	ごはん かたりこ あぶら さとう じゃがいも ギュウにゅう	ごはん ごぼう えだまめ たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	603 25.4	野菜 小魚類
30	水	ごはん さばのみそに そくせきつけ はるやさいのそぼろに ぎゅうにゅう	さばのみそに とりにく だいたいミート なまあげ ギュウにゅう	ごはん ごま さとう じゃがいも こんにゃく かたりこ あぶら さとう ギュウにゅう	ごはん キャベツ きゅうり にんじん たけのこ たまねぎ さやいんげん	622 26.3	果物 海藻類

※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、よろしくお願ひいたします。


保護者の方へ
学校給食に関するお知らせ

まいづり ごとく ひょう はいふ

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おすすめします。


給食着の洗濯・アイロンかけにご協力をお願いします。…

給食当番は1週間交代制で、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かけをして、次の登校時に持たせてください。

また、マスクを忘れるお子さんも多いので、予備のマスクをランドセルに準備しておくと安心です。

