



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 エネルギー・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)	さいろの食品 (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 だしに 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	ほししいたけ はくさい たまねぎ にんじん ねぎ きゅうり にんじん	601 23.0	果物 青菜類
10	木	コッペパン チキンとマカロニのクリームに ハムとやさいのソテー ぎゅうにゅう	とりにく ぎゅうにゅう ローズハム ぎゅうにゅう	マカロニ じゃがいも あぶら バター はぐりきこ あぶら	たまねぎ にんじん ほうれんそう しめじ もやし どうもろこし キャベツ	585 23.8	豆・豆製 品 魚介類
11	金	ごはん いわしのうめい きんぴらごぼう はちはいじる ぎゅうにゅう	いわしのうめい 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 じゃがいも しらすき ふ	にんじん ごぼう さやいんげん だいこん にんじん ほししいたけ ねぎ	616 29.3	種実類 きのこ類
14	月	おやこどん (ごはん 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 ぎゅうにゅう	ごはん あぶら さとう ごま さとう ごまあぶら	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) やさしいたつぷりスープ ぎゅうにゅう	ぶたにく とうふ だいず チーズ とりにく ぎゅうにゅう	パン パンこ さとう あぶら じゃがいも	たまねぎ 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 ずいぎょうスープ ぎゅうにゅう	ぶたにく なまあげ あかみそ ずいぎょうざ ぎゅうにゅう	ごはん あぶら さとう	にんじん キャベツ たまねぎ 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 ぎゅうにゅう	パン マカロニ じゃがいも	にんじん たまねぎ キャベツ 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 (ごはん カレーシチュー) フルーツポンチ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう しろういんげんまめ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	じゃがいも バター はぐりきこ あぶら マスカットゼリー	にんじん たまねぎ にんにく すりりんご みかんかん バイカン ももかん パナナ みかんかじゅう	640 18.4	魚介類 緑黄色野 菜
21	月	ごはん ツナそばろ とんじる ぎゅうにゅう オレンジ こくとうパン	ツナ たまご ぶたにく とうふ あぶらあげ おぎみそ ぎゅうにゅう	ごはん さとう あぶら ごんにやく	しょうが えだまめ だいこん にんじん ごぼう しめじ ねぎ オレンジ	603 28.2	いも類 海藻類
22	火	ミートボールのケチャップに だいこんサラダ ぎゅうにゅう	ミートボール ベーコン チキンハム ぎゅうにゅう	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	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 とりのでりやき なのはなのあえもの おいおいすましじる ぎゅうにゅう いちごゼリー	わかめ とりのでりやき かつおぶし なると とうふ わかめ ぎゅうにゅう	ごはん さとう いちごゼリー	なのはな キャベツ どうもろこし 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 ボイルキャベツ) はるさめスープ ぎゅうにゅう	チキンフランク ベーコン ぎゅうにゅう	パン さとう はるさめ ごま	キャベツ きくらげ たまねぎ 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 とりにく ぎゅうにゅう	ごはん 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 はくさい ほししいたけ にら しょうが にんにく もやし にんじん きゅうり	613 26.3	魚介類 果物
28	月	ごはん チキンチキンごぼう もずくスープ ぎゅうにゅう	とりにく もずく なまあげ ぎゅうにゅう	ごはん かたくりこ あぶら さとう じゃがいも	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 そくせきづけ はるやさいのそばろに ぎゅうにゅう	さばのみそに とりにく だいずミート なまあげ ぎゅうにゅう	ごはん ごま さとう じゃがいも ごんにやく ゆたくりこ あぶら さとう	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すすめします。



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。
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う安心です。

