



# 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 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	木	コッペパン くらめきなこクリーム ぶたにくたまごのソテー とうふスープ ぎゅうにゅう <b>6年 給食開始</b>	ぶたにくたまご とうふ ぎゅうにゅう	パン くらめきなこクリーム あぶら じゃがいも ごまあぶら	キャベツ にんじん たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	61.4 26.7	魚介類 野菜類
10	金	ハヤシライス (ごはん ハヤシシチュー) きゅうりとコーンのサラダ ぎゅうにゅう <b>2~5年 給食開始</b>	ぎゅうにく ツナ ぎゅうにゅう	ごはん あぶら ハヤシルウ さとう	たまねぎ にんじん しめじ グリンピース きゅうり だいこん とうもろこし	61.4 20.9	海藻類 豆・豆製品
13	月	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 とりささみ 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 ほくさい ほししいたげ にら しょうが にんにく もやし にんじん きゅうり	63.2 26.7	いも類 果物
14	火	セルフハンバーガー(よこわりまるパン ハンバーグのケチャップに ボイルキャベツ) かきたまスープ ぎゅうにゅう	ハンバーグ とりにくたまご ぎゅうにゅう	パン さとう じゃがいも	キャベツ たまねぎ にんじん ごまつな	60.9 29.0	野菜 種実類
15	水	ごはん いわしのうめに ほうれんそうのごまあえ あいしよじる ぎゅうにゅう	いわしのうめに ベーコン とうふ ぎゅうにゅう わさみそ ぎゅうにゅう	ごはん ごま さとう さつまいも	ほうれんそう もやし たまねぎ にんじん しめじ ねぎ	64.8 27.5	卵 海藻類
16	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 ロースハム ぎゅうにゅう	パン マカロニ じゃがいも あぶら バター はくりきこ あぶら	たまねぎ にんじん マッシュルーム えだまめ ごまつな とうもろこし キャベツ	60.2 24.1	魚介類 きのこ類
17	金	ごはん はるキャベツとぶたにくのみそいため すいぎょうざスープ ぎゅうにゅう	ぶたにく なまあげ あかみそ すいぎょうざ 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 ほくさい きくらげ しろねぎ	60.4 22.4	いも類 果物
20	月	ポークカレーライス (ごはん ポークカレーシチュー) フルーツポンチ ぎゅうにゅう <b>1年 給食開始</b>	ぶたにく しらみんげんまめ ぎゅうにゅう	ごはん じゃがいも バター はくりきこ 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 ももかん バイかん パナナ みかんかじゅう	65.0 19.1	海藻類 野菜類
21	火	こくどうパン 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	パン くらざとう じゃがいも あぶら さとう ごま ソ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	61.9 22.0	きのこ類 豆・豆製品
地場産給食献立							
22	水	ごはん さんまのかんろに はなっこりーのあえもの たまねぎのみそしる ぎゅうにゅう	さんまのかんろに かつおぶし とうふ あぶらあげ わかめ わさみそ ぎゅうにゅう	ごはん さとう	はなっこりー キャベツ とうもろこし たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	62.6 25.0	いも類 種実類
23	木	コッペパン(小) ナポリタンスパゲティ ごまつなサラダ ぎゅうにゅう	チキンフランク ベーコン ツナ ぎゅうにゅう	パン スパゲティ あぶら あぶら さとう	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム ごまつな きゅうり キャベツ レモンかじゅう	61.4 24.8	魚介類 果物
入学・進級お祝い献立							
24	金	ごはん チキンチキンごぼろ おいわいすましじる ぎゅうにゅう いちご	とりにく なと とうふ わかめ ぎゅうにゅう	ごはん かたくりこ あぶら さとう	ごぼう えだまめ たけのこ えのきたけ にんじん たまねぎ いちご	60.6 25.4	緑黄色野 菜 卵
27	月	わかめごはん ホキフライ はるやさいのそぼろに ぎゅうにゅう	わかめ ホキフライ ぶたにく たいざミート なまあげ ぎゅうにゅう	ごはん あぶら じゃがいも こんにやく さとう かたくりこ あぶら	にんじん たけのこ たまねぎ さやいんげん	64.1 25.0	きのこ類 果物
28	火	コッペパン いちごジャム とりにくのカレースープに ブロッコリーサラダ ぎゅうにゅう	とりにく ロースハム ぎゅうにゅう	パン いちごジャム マカロニ じゃがいも あぶら ごま あぶら さとう	たまねぎ にんじん しめじ ごまつな ブロッコリー キャベツ にんじん	62.2 24.2	魚介類 海藻類
30	木	たてわりパン チリコンカン はるさめスープ ぎゅうにゅう ひゅうがなつゼリー	たいざい だいいくまめ きんときまめ ぶたにく とりにく とうふ ぎゅうにゅう	パン あぶら さとう はるさめ あぶら	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム たまねぎ にんじん きくらげ ほくさい ねぎ ひゅうがなつゼリー	62.9 24.4	いも類 小魚類

※食材供給の都合により、献立を変更する場合があります。

## 入学・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、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ことと安心です。

