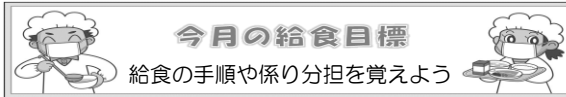


4月 給食予定献立表



実施日	日	曜	献立名	飲用牛乳	材 料 名			栄養価				
					おもに体の組織を作る		おもに体の調子を整える		エネルギー Kcal	たんぱく質 g		
					たんぱく質を多く含む食品	カルシウムを多く含む食品	カロテンを多く含む食品	ビタミンCを多く含む食品			炭水化物を多く含む食品	脂質を多く含む食品
8	金		五目あんかけ丼 ワンタンスープ パインゼリー	○	豚肉 あさり かまぼこ 鶏ひき肉	飲用牛乳 粉寒天	にんじん チンゲンサイ	にんにく しょうが 長ねぎ 干しいたけ たけのこ たまねぎ しょうが はくさい もやし ぶなしめじ パインアップル ユース	米 麦 でんぷん ワンタンの皮 さとう	油 ごま油	784	31.7
11	月		ドライカレー 春のグリーンサラダ いちご	○	豚ひき肉 大豆	飲用牛乳	にんじん ホールトマト ピーマン グリーンアスパルカス	しょうが にんにく セロリ たまねぎ 春キャベツ もやし ホールコーン いちご	米 麦 小麦粉 さとう	油	817	28.5
12	火		赤飯 鶏肉の塩から揚げ 野菜のごま和え すまし汁 お祝い紅白ゼリー	○	ささげ 鶏肉 鶏肉 絹ごし豆腐	飲用牛乳 粉寒天 調理用牛乳 生クリーム	にんじん こまつな みつば	キャベツ もやし 干しいたけ だいこん 長ねぎ いちごピューレ	米 もち米 上新粉 でんぷん さとう	黒ごま油 白ねりごま	858	34.5
13	水		麦ご飯 マーボー豆腐 春雨サラダ	○	豚ひき肉 赤みそ 押し豆腐 ロースハム	飲用牛乳	にんじん	しょうが にんにく 長ねぎ 干しいたけ もやし きゅうり	米 麦 さとう でんぷん はるさめ	油 ごま油 白ごま	814	35.4
14	木		ピザトースト サーモンチャウダー スパゲッティソテー	○	ベーコン さけ	飲用牛乳 ピザ用チーズ 調理用牛乳 生クリーム	ホールトマト ピーマン にんじん パセリ	たまねぎ エリンギ にんにく マッシュルーム ぶなしめじ	食パン じゃがいも 小麦粉 スパゲッティ	バター 油	828	36.8
15	金		スパゲッティミートソース コーンサラダ フルーツポンチ	○	豚ひき肉 豚肝臓 レンズまめ	飲用牛乳 粉寒天	にんじん ホールトマト パセリ	にんにく セロリ たまねぎ きゅうり もやし キャベツ ホールコーン パイン缶 みかん缶 黄桃缶	スパゲッティ 小麦粉 さとう	油	803	30.5
18	月		きつねうどん ちくわの天ぷら ポテトコーンソテー	○	豚肉 油揚げ 焼き竹輪 鶏肉 ベーコン	飲用牛乳	にんじん こまつな パセリ	干しいたけ たけのこ たまねぎ 長ねぎ ホールコーン	冷凍うどん さとう 小麦粉 でんぷん じゃがいも	油	854	39.9
19	火		きなこトースト クラムチャウダー マカロニサラダ	○	きな粉 ベーコン 鶏肉 あさり 豆乳 ロースハム	飲用牛乳 調理用牛乳 生クリーム	にんじん	たまねぎ エリンギ ホールコーン きゅうり	食パン さとう じゃがいも 小麦 粉 マカロニ	バター 油	796	30.5
20	水		ご飯 白身魚の甘酢あん 五目ビーフンソテー ごまみそ担々スープ	○	たら 豚肉 豚ひき肉 白みそ 豆乳	飲用牛乳	にんじん チンゲンサイ 万能ねぎ	長ねぎ たけのこ エリンギ もやし たまねぎ にんにく しょうが 干しいたけ	米 麦 小麦粉 でんぷん 三温糖 ビーフン さとう	油 白ねりごま 白すりごま ごま油	852	36.6
21	木		麦ご飯 のりとあさりの佃煮 春野菜の煮物 ひじきとツナのピリ辛サラダ	○	あさり 鶏肉 生揚げ オイルツナ	飲用牛乳 ほしのり 干ひじき	にんじん さやいんげん	干しいたけ たけのこ ぶき きゅうり キャベツ	米 麦 さとう こんにゃく じゃがいも 焼きさ	油 白ごま	855	37.4
22	金		わかめご飯 切り干し大根の卵焼き 具だくさん豚汁 清見オレンジ	○	鶏ひき肉 卵 豚肉 赤みそ 白みそ 豆腐	飲用牛乳 生わかめ	にんじん こまつな ほうれんそう	たまねぎ 切干し大根 だいこん ごぼう 長ねぎ きよみオレンジ	米 麦 さとう こんにゃく じゃがいも	ごま油 白ごま 油	836	36.7
25	月		たけのご飯 シシヤモのごま揚げ 切干大根サラダ イナムドゥチ (沖縄風具だくさんみそ汁)	○	油揚げ 豚肉 白みそ	飲用牛乳 ししヤモ	にんじん	たけのこ 切干し大根 キャベツ きゅうり だいこん 干しいたけ	米 さとう 小麦粉 こんにゃく	油 白ごま 黒ごま ごま油	803	31.7
26	火		麦ご飯 厚揚げときゃべつのみそ炒め きのこそぼろ汁 つぶつぶみかんゼリー	○	豚肉 生揚げ 白みそ 鶏ひき肉	飲用牛乳 粉寒天	にんじん ピーマン こまつな	しょうが キャベツ 干しいたけ 切干し大根 たまねぎ ぶなしめじ えのきたけ 長ねぎ りんごジュース みかん缶	米 麦 三温糖 でんぷん じゃがいも こんにゃく さとう	油 ごま油	835	34.9
27	水		手作りレーズンパン 春野菜のポトフ マカロニカレーソテー	○	ベーコン フランクフルト 豚肉 鶏ひき肉	飲用牛乳	にんじん グリーンアスパルカス	レーズン にんにく 春キャベツ スナップえんどう たまねぎ エリンギ	強力粉 小麦粉 さとう じゃがいも マカロニ	バター オリーブ油 油	814	29.4
28	木		サンマーメン 真珠蒸し 河内晩柑	○	豚肉 鶏ひき肉 おから	飲用牛乳	にんじん チンゲンサイ	しょうが 長ねぎ きくらげ たけのこ キャベツ もやし たまねぎ 干しいたけ 河内晩柑	冷凍ラーメン さとう でんぷん もち米	油 ごま油 白ごま	740	21.7

◎ 学校行事や食材料等の都合により、献立を変更することがあります。
◎ 安全に調理・配膳・喫食できるよう配慮した献立内容となっています。
また、キャンセルしやすい食材を中心に提供します。ご了承ください。
◎ E組：22日は遠足のため給食はありません。

4月分 1日当たりの平均	819	33.1
生徒1人1回当たりの 学校給食摂取基準	830	33.0