

4月分学校給食献立表

日曜日	献立名	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とのえる)	栄養価 I&D値 kcal	家庭で とってほしい食品
10月	わかめごはん ひじきゼリーのサラダ きゅうにゅうりんご	わかめ とりくたまご ひじきまぐろツナ きゅうにゅう	ごめ うでん ごまマヨネーズ	わらびほししいたげたまねぎにんじん きゅうりキヤベツ りんご	601 23.3	いも類 小魚類
11月	ポテトビーフ ごまつなサラダ きゅうにゅう てつぷんヨーグルト	たいず ぶたにく まぐろツナ きゅうにゅう ヨーグルト	パン じやがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん えだまめ ごまつな キヤベツ きゅうり しそつかいゆう	614 27.8	種実類 きのこ
12月	ごはん ポードー はるさめサラダ きゅうにゅう	ぶたさみち たいずミンチ とうふ あかみそ ハム きゅうにゅう	ごめ あぶら さとう ごまあぶら かつくりこ はるさめ ごまあぶら さとう	たまねぎ にんじん ほししいたげ じゃしょうが にんにく キヤベツ にんじん きゅうり	620 25.3	魚介類 緑黄色野菜
13月	たてわりパン ドライカシ もやしやきスー きゅうにゅう グリン(たまごなし)	きゅうミンチ ぶたさみち たいずミンチ とりく きゅうにゅう	パン じやがいも あぶら カルメル(ごまなし) じやがいも グリン	にんにく じゃしょうが たまねぎ えだまめ もやし たまねぎ にんじん ねぎ	594 25.3	緑黄色野菜 果物
14月	ごはん さばのみそに なのほなのごまあえ はるやさいのそぼろに きゅうにゅう	さば みそ とりミンチ たいずミンチ ねまあげ きゅうにゅう	さとう ごま じやがいも こんにやく さとう かつくりこ あぶら	なのほな もやし とうもろこし たまねぎ にんじん たけのこ さやいんげん	632 27.4	きのこ 卵
17月	ごはん ごやとうふのたまごどじ きりぼし たいごん あまずあえ きゅうにゅう うちぢい やき こくとうパン	ごやとうふ とりにく たまご しらすまし きゅうにゅう	ごめ じやがいも さとう さとう ごま うちぢい やき こくとうパン	たまねぎ にんじん さやいんげん きりぼし たいごん きゅうり	675 27.6	野菜 海藻類
18月	えびとワカメのクリームに ペーコトやさいのソテー きゅうにゅう いちご	えび とりにく きゅうにゅう ペーコト きゅうにゅう	このじやがいも あぶら ハヤシラウ たまねぎ にんじん グリンピース しめじ キヤベツ もやし とうもろこし いちご	たまねぎ にんじん たまねぎ あかかんかん パインかん おうとうかん パチナ レーズン	631 27	種実類 緑黄色野菜
19月	(ごはん ハヤシラウエー) フルーツのヨーグルトあえ きゅうにゅう	きゅうにゅう ヨーグルト きゅうにゅう	このじやがいも あぶら たまねぎ にんじん たまねぎ あかかんかん パインかん おうとうかん パチナ レーズン	にんにく ワッショルム にんにく たまねぎ トマト キヤベツ きゅうり	620 18	種実類 魚介類
20月	クロワッサン ペヌカトーレ かいそうサラダ きゅうにゅう	ペヌカトーレ かいそうツナ きゅうにゅう	クロワッサン ヌグチチ あぶら さとう ごまあぶら	たまねぎ にんじん たまねぎ えだまめ じゃしょうが たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パチナ	616 24	いも類 野菜
21月	ちらしずし 入学・進級お祝い献立 あまだいのフライ うおソーメのすましじる きゅうにゅう おいおいデザート ツナそぼろどんぶり	たまご あぶらあげ えび あまだい ねまあげ うおソーメツナ わかめ きゅうにゅう	このじやがいも あぶら パン ごまご あぶら じやがいも おいおいデザート	にんじん ほししいたげ さやえんどう ほうれんそう たまねぎ えのきたけ にんじん	657 30.9	緑黄色野菜 種実類
24月	(ごはん ツナそぼろ) とうふじる きゅうにゅう パチナ セルロハンソーガー(よこわりまるパン にこみハンソーガー ゆでキャベツ)	まぐろツナ たまご とうふ あぶらあげ わかめ きゅうにゅう	ごめ さとう あぶら このじやがいも じやがいも	えだまめ じゃしょうが たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パチナ	615 27.9	野菜 豆類
25月	よくばりスー きゅうにゅう ごはん かんこくふうにくじやが チンゲンサイのソテー きゅうにゅう ひゆわがなつせりー	ペーコト いちご ほたて きゅうにゅう ハンバーグ ペーコト きゅうにゅう	さとう このじやがいも じやがいも	キヤベツ たまねぎ はくさい にんじん しめじ ワッショルム	614 28.5	種実類 豆類
26月	コッペンパン ペにざけのチーズフライ ABCスー きゅうにゅう いちご カレーライス (ごはん カレーチュー)	きゅうにゅう ペにざけチーズフライ ペーコト うずらたまご きゅうにゅう	ごめ このじやがいも じゃがいも じゃがいも あぶら さとう	にんにく にんじん たまねぎ ねぎ チンゲンサイ もやし とうもろこし ひゆわがなつ	641 22.9	きのこ類 魚介類
27月	ペにざけのチーズフライ ABCスー きゅうにゅう いちご カレーライス (ごはん カレーチュー)	ペにざけチーズフライ ペーコト うずらたまご きゅうにゅう	このじやがいも じゃがいも じゃがいも あぶら さとう	にんにく たまねぎ キヤベツ はくさい パチナ にんにく たまねぎ キヤベツ はくさい パチナ	614 26.9	いも類 魚介類
28月	金 フルーツミックス きゅうにゅう	ぶたにく きゅうにゅう	このじやがいも じゃがいも じゃがいも あぶら さとう	にんにく たまねぎ にんにく グリンピース トマト りんご あかかんかん パインかん おうとうかん パチナ いちご あかかんかじゆう	671 20.3	種実類 小魚類

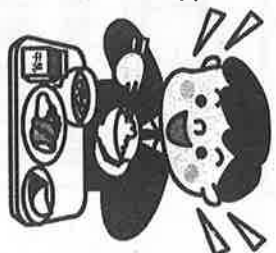
※食材供給の都合により、献立を変更する場合があります。

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、よろしくお願いたします。



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、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反応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勧めします。



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。

