



4月 給食カレンダー



日	曜日	牛乳	献立	あか	きいろ	みどい	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
				血や肉になる食品	熱や力の元になる食品	体の調子を整える食品	
8	水	鮭ちらしすし 鶏のから揚げ 沢煮椀 2~6年生給食開始	牛乳 鮭 たまご 刻みのり 鶏肉	米 三温糖 でんぷん 油	干し椎茸 菜ばな しょうが にんにく にんじん だいこん ごぼう たけのこ (水煮) こまつな ねぎ	605 27.0	
9	木	焼き肉丼 小松菜の梅肉和え フルーツ牛乳かん	牛乳 豚肉 赤みそ 粉寒天	米 麦 でんぷん 三温糖 ごま油 砂糖 白すりごま	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン もやし りんご こまつな 梅干し ハイン缶 黄桃缶 みかん缶	672 25.5	
10	金	パエリア スペイン風オムレツ マカロニスープ	牛乳 鶏肉 たまご あさり ベーコン いか えび	米 麦 オリーブ油 じゃがいも マカロニ	にんにく 玉葱 マッシュルーム (水煮) 赤パプリカ ピーマン トマト にんじん キャベツ こまつな	600 28.1	
13	月	ジャージャー麺 かぶのサラダ もちもちポテト	牛乳 豚肉 鶏肉 赤みそ ハチ味噌	中華めん ごま油 三温糖 でんぷん じゃがいも 油	にんにく しょうが 玉葱 ねぎ 干し椎茸 たけのこ (水煮) にんじん もやし きゅうり かぶ りんご	586 21.7	
14	火	ごはん ひじきの和風コロッケ キャベツと昆布の浅漬け もすく入りかきたま汁	牛乳 干しひじき 鶏肉 豚肉 油揚げ 刻み昆布 絹ごし豆腐 もすく たまご	米 じゃがいも マッシュポテト 薄力粉 パン粉(乾燥) パン粉(生) 油 有塩バター でんぷん	玉葱 キャベツ きゅうり しょうが にんじん たけのこ (水煮) こねぎ	633 20.7	
15	水	バニラトースト コーンシチュー パリパリサラダ 1年生給食開始	牛乳 鶏肉 ベーコン	食パン 有塩バター グラニュー糖 三温糖 じゃがいも 薄力粉 マカロニ 油 ぎょうざの皮	玉葱 にんじん ホールコーン クリームコーン キャベツ きゅうり	628 24.5	
16	木	ポークカレーライス 海藻サラダ りんご	牛乳 豚肉 海藻ミックス カットわかめ	米 麦 じゃがいも 三温糖 薄力粉 油 有塩バター 砂糖 タピオカ	にんにく しょうが 玉葱 にんじん りんご トマトピューレ キャベツ きゅうり	607 20.0	
17	金	わかめごはん 五目みそ煮 野菜のおかか和え ぶどうゼリー 4月お誕生日給食	牛乳 炊き込みわかめ かつお節 鶏肉 赤みそ 生揚げ	米 麦 白すりごま 三温糖 こんにゃく じゃがいも 砂糖	玉葱 ごぼう にんじん しょうが もやし こまつな ぶどうジュース	638 23.2	
20	月	麻婆豆腐丼 中華酢あえ オレンジ	牛乳 豚肉 鶏肉 赤みそ 絹ごし豆腐	米 麦 でんぷん 三温糖 ごま油 春雨	にんにく しょうが にんじん ねぎ 干し椎茸 にら キャベツ 大豆もやし きゅうり オレンジ	585 23.6	
21	火	ごはん 魚の菜種焼き じゃがいもとごぼうのきんぴら レタスと豆腐のみそ汁	牛乳 鮭 たまご 白みそ 赤みそ 絹ごし豆腐	米 エッグケアマヨネーズ ごま油 三温糖 糸こんにゃく じゃがいも	えのきだけ ごぼう にんじん 玉葱 しょうが しめじ レタス	620 29.5	
22	水	ボロネーゼ キャベツサラダ さつまいも蒸しパン	牛乳 鶏肉 豚肉 粉チーズ たまご	スパゲティ オリーブ油 薄力粉 さつまいも 三温糖	にんにく 玉葱 セロリ マッシュルーム (水煮) ホールトマト缶 トマトピューレ トマトペースト キャベツ きゅうり アスパラガス にんじん	624 25.0	
23	木	コーンマヨネーズドッグ トマト入り野菜スープ 枝豆のサラダ	牛乳 レンズ豆(乾) ハム ベーコン ツナ油漬け ピザ用チーズ 鶏肉	コッペパン エッグケアマヨネーズ 三温糖 じゃがいも	ホールコーン 玉葱 マッシュルーム (水煮) にんじん キャベツ トマトホール缶 きゅうり えだまめ	596 28.3	
24	金	鯛めし 肉じゃが 切干大根のごま酢和え	牛乳 まだい 豚肉	米 じゃがいも 糸こんにゃく 三温糖 ごま油 白すりごま	みつば しょうが にんじん 玉葱 切干大根 さやいんげん もやし きゅうり	582 23.7	
27	月	たけのこごはん 魚の西京焼き 磯和え 豚汁	牛乳 メバル 西京みそ 刻みのり かつお節 豚肉 絹ごし豆腐 赤みそ 白みそ	米 三温糖 ごま油 こんにゃく	たけのこ とうがらし にんにく しょうが もやし キャベツ こまつな にんじん ごぼう だいこん ねぎ	580 29.8	
28	火	オレンジフレンチトースト ポークシチュー コールスローサラダ	牛乳 豚肉 たまご	食パン 有塩バター 三温糖 じゃがいも 薄力粉	オレンジジュース にんにく 玉葱 にんじん しょうが トマトピューレ ホールコーン キャベツ きゅうり	596 23.9	
30	木	鶏五目ごはん もやし入りつくね 根菜ごま汁	牛乳 鶏肉 油揚げ 絹ごし豆腐 たまご 赤みそ 豚肉	米 麦 三温糖 でんぷん パン粉(乾) こんにゃく 白すりごま	にんじん ごぼう 干し椎茸 さやいんげん もやし ねぎ しょうが だいこん れんこん こまつな	584 28.0	

* 学校行事や食材購入等の都合により、献立を変更する場合があります。

* エネルギーとたんぱく質は3・4年生の栄養価です。



入学・進級おめでとう

うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

給食はじまります!

