



日	曜日	牛乳	献立	あか	きいろ	みどり	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	
11	木		照り焼きチキンバーガー バジルコーンポテト 卵とチーズのふわふわスープ 2~6年生給食開始 給食はじまります!	牛乳 鶏肉 たまご 粉チーズ	丸パン でんぷん 三温糖 白いりごま 有塩バター じゃがいも パン粉(乾燥)	にんにく しょうが 玉葱 キャベツ ホールコーン にんじん こまつな	634 29.5
12	金		わかめごはん 豆入り筑前煮 和風サラダ	牛乳 炊き込みわかめ 大豆(乾) 鶏肉 こんぶ さつま揚げ 凍り豆腐 カットわかめ	米 板こんにゃく 三温糖 じゃがいも こ ま 白いりごま	しょうが ごぼう たけのこ(水煮) にんじん 干 し椎茸 玉葱 キャベツ こまつな だいこん	666 27.1
15	月		ごはん 魚のつけ焼き みそけんちん汁 かぶのレモンしょうゆかけ 1年生給食開始	牛乳 まさば 油揚げ 鶏肉 絹ごし 豆腐 赤みそ 白みそ	米 三温糖 じゃがいも 板こんにゃく	しょうが かぶ かぶ(葉) レモン(果汁) にんじ ん ごぼう だいこん ねぎ	588 28.9
16	火		カレーライス シャキシャキ野菜 清美オレンジ	牛乳 鶏肉 レンズまめ(乾)	米 大麦 じゃがいも 有塩バター 薄力粉	にんにく しょうが 玉葱 セロリー にんじん ホールトマト りんご だいこん きゅうり 清美 オレンジ	650 22.7
17	水		きなこバタートースト ミネストローネ フレンチサラダ	牛乳 きな粉(大豆) 牛乳 ベーコン 豚肉 大豆(乾)	食パン 有塩バター 三温糖 はちみつ じゃがいも マカロニ	玉葱 セロリー にんじん ホールトマト こまつ な キャベツ きゅうり ホールコーン	662 27.8
18	木		たけのこごはん 野菜のごまだれかけ みそ汁	牛乳 油揚げ 鶏肉 カットわかめ 絹ごし豆腐 赤みそ 白みそ	米 三温糖 白すりごま 白いりごま じゃ がいも	たけのこ とうがらし にんじん 葉ねぎ もやし こまつな 玉葱	588 26.5
19	金		チャーハン 中華和え ワンタンスープ	牛乳 豚肉 むきえび あさり(水煮) たまご ちりめんじゃこ カットわか め	米 三温糖 白いりごま ワンタンの皮	玉葱 にんじん だいこん きゅうり ホールコー ン しょうが もやし ねぎ いら	610 28.5
22	月		スパゲッティきのこ入りソイミートソース マセドアンサラダ りんご	牛乳 鶏肉 豚肉 大豆(乾) レンズ まめ(乾)	スパゲティ 薄力粉 じゃがいも 三温糖	しょうが にんにく 玉葱 セロリー にんじん 干し椎茸 ぶなしめじ きゅうり ホールコー ン りんご	633 28.8
23	火		鮭ごはん ごま酢あえ うどん入りとろみ汁	牛乳 しろさけ 鶏肉 白ちくわ 油 揚げ	米 三温糖 白いりごま 白すりごま 干し うどん	もやし キャベツ にんじん こまつな 干し椎茸 玉葱 ねぎ	587 28.8
24	水		麻婆豆腐丼 野菜のピリ辛あえ 手作り杏仁豆腐	牛乳 豚肉 鶏肉 赤みそ 絹ごし豆 腐 粉寒天 無糖練乳 牛乳	米 大麦 三温糖 でんぷん 砂糖	にんにく しょうが たけのこ(水煮) にんじん ねぎ もやし こまつな パイン缶 もも缶 みか ん缶	618 25.5
25	木		ピラフ タンドリーチキン 卵と野菜のスープ	牛乳 豚肉 あさり(水煮) 鶏肉 ヨーグルト たまご	米 有塩バター じゃがいも	玉葱 にんじん マッシュルーム ホールコーン えだまめ にんにく キャベツ こまつな	590 29.2
26	金		ごはん ふりかけ いりどり煮 おひたし みかんゼリー 4月お誕生日給食	牛乳 ちりめんじゃこ あおのり わ かめ 鶏肉 さつま揚げ かつお糸削 り アガー	米 大麦 白いりごま 板こんにゃく 三温 糖 じゃがいも 砂糖	しょうが にんじん ごぼう たけのこ(水煮) 干 し椎茸 さやいんげん もやし こまつな オレ ン ジュース みかん缶	623 23.5
30	火		鶏ひじきおこわ 切干大根の卵焼き 野菜のコチュジャンかけ	牛乳 鶏肉 刻み昆布 油揚げ 豚肉 たまご	米 もち米 しらたき 三温糖	にんじん えだまめ にんにく 切干しいんご もやし きゅうり	594 27.8

*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。1・2年生は×0.8、5・6年生は×1.2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、朝食をしっかりと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、よろしくお願いいたします。

