

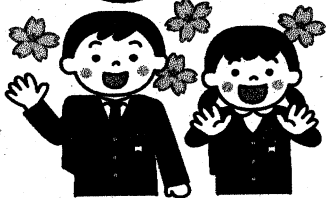
4月 予定献立表

日	曜日	献立名	血や肉になる	熱や力の元になる	体の調子を整える	栄養価	備考
8	木	黒糖ロールパン 牛乳 ポトフスープ チキンフレーク焼き もやしソテー お祝いゼリー	牛乳,ベーコン,鶏肉 生クリーム,鶏ひき肉, パルメザンチーズ	黒パン,じゃがいも, マヨネーズ,パン粉,油	キャベツ,にんじん,玉葱,パセリ, とうもろこし,もやし,ピーマン	848 Kcal 33.6 g 35.7 g 3.1 g	
9	金	ごはん 牛乳 かまぼこのすまし汁 魚の味噌マヨ焼き じゃがいものそぼろ煮	牛乳,かまぼこ,さわか,みそ, 鶏ひき肉	ごはん,マヨネーズ,上白糖, じゃがいも,しらたき,油	ほうれんそう,にんじん,玉葱, ねぎ,パセリ,グリーンピース	805 Kcal 34.7 g 21.3 g 3.1 g	
12	月	ごはん 牛乳 キャベツの味噌汁 豚肉のしょうが焼き ごぼうサラダ	牛乳,油揚げ,みそ,豚肉,ハム	ごはん,上白糖,マヨネーズ	キャベツ,玉葱,にんじん,ごぼう, きゅうり	831 Kcal 30.2 g 30.3 g 2.9 g	
13	火	ヘルシーミートソース 牛乳 ささみのレモン煮 和風ツナサラダ	牛乳,豚ひき肉, クラッシュ大豆,鶏ささ身, わかめ,まぐろ缶詰	スパゲッティ,オリーブ油, バター,小麦粉,かたくり粉, 油,上白糖	玉葱,マッシュルーム水煮, グリーンピース,レモン,キャベツ, にんじん	812 Kcal 40.7 g 27.0 g 3.2 g	
14	水	ポークカレー(麦ごはん) 牛乳 ポイルウィンナー ベーコンと野菜のソテー	牛乳,豚肉,ウィンナー, ベーコン	麦ごはん,じゃがいも, バター,油	玉葱,にんじん,りんごソース, キャベツ,とうもろこし,絹さや	853 Kcal 28.5 g 28.6 g 2.1 g	ウィンナー 2本
15	木	食パン(はちみつ) 牛乳 ポークビーンズ スパイシーチキン グリーンサラダ	牛乳,いんげん豆,ベーコン, 豚肉,鶏肉	食パン,はちみつ,じゃがいも, 油,上白糖,かたくり粉	玉葱,にんじん,キャベツ,きゅうり, ブロッコリー,とうもろこし	832 Kcal 37.7 g 28.3 g 3.3 g	
16	金	ごはん 牛乳 のっぺい汁 魚の西京焼き 大豆の磯煮	牛乳,豆腐,焼き竹輪,ひじき, さわか,みそ,大豆,さつま揚げ	ごはん,さといも,かたくり粉, つきごんにやく,油,上白糖	だいこん,にんじん,ねぎ	802 Kcal 37.4 g 18.9 g 3.2 g	
19	月	ごはん 牛乳 すき焼き風煮 ぎょうざ もやしのシャキシャキサラダ	牛乳,豚肉,焼き豆腐, ぎょうざ	ごはん,しらたき,中ざら糖, 上白糖	だいこん,にんじん,はくさい,玉葱, ねぎ,えのき,もやし,ほうれんそう, とうもろこし,レモン果汁	834 Kcal 34.2 g 24.6 g 2.4 g	
20	火	ソフト麺なべ焼き汁 牛乳 竹輪磯辺揚げ ブロッコリーのおかか和え	牛乳,豚肉,油揚げ,かつお節, 焼き竹輪,あおのり,たまご	ソフト麺,小麦粉,油,ごま油	干し椎茸,玉葱,にんじん,ねぎ, ブロッコリー	824 Kcal 42.4 g 21.6 g 3.3 g	磯辺揚げ 2本
21	水	中華丼 牛乳 春雨スープ しゃりしゃりビーンズ	牛乳,豚肉,うずら卵水煮, 大豆,なるとえび,鶏ひき肉, いか,あおのり, ミックスビーンズ,	ごはん,油,かたくり粉,上白糖, 緑豆はるさめ	玉葱,にんじん,はくさい,もやし, たけのこ水煮,干し椎茸,葉ねぎ	823 Kcal 32.3 g 19.4 g 3.0 g	
22	木	ガーリックトースト 牛乳 ミネストローネ 照り焼き肉団子 カラフルサラダ	牛乳,パルメザンチーズ, ベーコン,大豆,肉団子	食パン,オリーブ油,バター, 三温糖	キャベツ,玉葱,にんじん,トマト缶, マッシュルーム水煮,とうもろこし, カリフラワー,ブロッコリー	805 Kcal 26.6 g 35.4 g 3.2 g	肉団子 2個
23	金	ひじきごはん 牛乳 豆腐の味噌汁 鯖の塩麹カレー焼き 里芋の土佐煮	牛乳,鶏ひき肉,油揚げ, 絹ごし豆腐,わかめ,みそ, さば,かつお節	ごはん,上白糖,さといも, 板ごんにやく,三温糖	にんじん,玉葱,ねぎ,えのき, なめこ,さやいんげん	809 Kcal 35.2 g 24.6 g 2.9 g	
26	月	ごはん 牛乳 中華風コーンスープ 豚キムチ炒め ヨーグルト	牛乳,なるとたまご,豚肉, ヨーグルト	ごはん,かたくり粉,ビーフン, 油,ごま油	とうもろこし,玉葱,葉ねぎ, キャベツ,もやし,にら,にんじん, はくさいキムチ漬け	810 Kcal 28.9 g 21.9 g 2.6 g	
27	火	ロールパン 牛乳 キャロットスープ チキンカツ ポイルキャベツ	牛乳,鶏肉,たまご	ロールパン,油,パン粉,小麦粉	とうもろこし,にんじん,玉葱, パセリ,キャベツ	825 Kcal 36.8 g 34.8 g 3.2 g	
28	水	ごはん 牛乳 豚汁 魚の香味焼き 切り干し大根の煮物	牛乳,豚肉,絹ごし豆腐, みそ,さわか,鶏肉,油揚げ	ごはん,じゃがいも, 板ごんにやく,ごま油,ごま, 三温糖,しらたき,油	だいこん,にんじん,ごぼう,ねぎ, 玉葱,切干しだいこん	850 Kcal 38.5 g 25.0 g 2.6 g	
30	金	カレーピラフ 牛乳 もやしのコンソメスープ 鶏の唐揚げ 温野菜 柏餅	牛乳,ウィンナー,鶏肉	ごはん,かたくり粉,油	もやし,にんじん,しめじ, ブロッコリー,キャベツ,とうもろこし	850 Kcal 29.4 g 28.0 g 3.3 g	唐揚げ 2個

※ 食材等の都合により、
献立を変更する場合がありますので、
御了承ください。

標準値	830kcal
エネルギー	30.0g
たんぱく質	25.0g
脂肪	2.5g
塩分	

ご入学・ご進級おめでとうございます



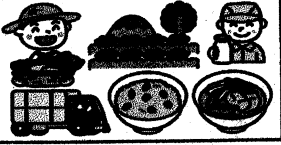
春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生の皆さんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。今年度も引き続き、感染予防対策を取りながらの給食時間となりますが、皆さんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りを務めていきます。1年間よろしくお願ひ致します。

学校給食の役割

栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健康の保持増進・体位の向上を図ります。

給食時間における準備から片付けの実践活動を通し、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けます。

給食に地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。



4月 給食目標

食事のマナーを守り、
協力して楽しい
食事にしよう

季節の食材
キャベツ・パセリ・玉葱・ごぼう・
さわか・きゅうり・じゃがいも・
たけのこにら

おいしい給食 作ります!

