

## 4月の予定献立表



日	曜	牛乳	献立名	主な材料			エネルギー(kcal)
				血や肉になる	力のもとになる	体の調子を整える	たん白質(g)
6	金		始業式				
9	月		入学式				
10	火	○	セサミトースト、コーンシチュー フルーツポンチ	牛乳、鶏肉	食パン、砂糖、ごま じゃがいも、小麦粉 油、バター	にんじん、小松菜、玉葱 マッシュルーム、コーン、パイン みかん、黄桃	787 22.0
11	水	○	赤飯、かじきの竜田揚げ おかか和え、みそ汁	牛乳、ささげ かじき、けずり節 豆腐	米、もち米、でん粉 砂糖、ごま、油	小松菜、にんじん、しょうが、もやし 玉葱、キャベツ、大根、長葱	760 33.4
12	木	○	チャーハン、豆腐と青菜のスープ チョコバナナケーキ	牛乳、豚肉 むきえび、鶏卵 鶏肉、豆腐	米、砂糖、小麦粉 油、バター	にんじん、ピーマン、小松菜、玉葱 長葱、もやし、バナナ	896 32.5
13	金	○	中華丼、わかめスープ 果物	牛乳、むきえび いか、豚肉、うずら卵 鶏肉、豆腐、わかめ	米、押麦、 でん粉、油	にんじん、青梗菜、小松菜、しょうが たけのこ、玉葱、干し椎茸、白菜 長葱	796 34.9
16	月	○	こぎつねごはん、五色たまご 切干大根の煮物、白菜スープ	牛乳、鶏肉、鶏卵 油揚げ、豚肉 チーズ、わかめ	米、砂糖、油 ごま	にんじん、小松菜、ごぼう、干し椎茸 切干大根、玉葱、白菜	867 38.0
17	火	○	ツナコーンピラフ、豆腐ナゲット もやしスープ、果物	牛乳、鶏肉、ツナ 豆腐、鶏卵、豚肉 ひじき	米、でん粉、小麦粉 バター、油	にんじん、小松菜、玉葱、コーン マッシュルーム、もやし	833 34.2
18	水	○	ピザトースト、ポトフ わかめサラダ	牛乳、ベーコン 豚肉、ウィンナー チーズ、わかめ	食パン、砂糖 じゃがいも、油	ピーマン、にんじん、パセリ、にんにく 玉葱、マッシュルーム、しょうが セロリー、キャベツ、もやし	730 29.7
19	木	○	麦ごはん、さばのごまみそ焼き お浸し、けんちん汁	牛乳、さば 豆腐、油揚げ	米、押麦、砂糖 さといも、こんにゃく ごま、油	小松菜、にんじん、しょうが、もやし 大根、ごぼう、長葱	807 30.9
20	金	○	スパゲティミートソース キャベツとコーンのサラダ、果物	牛乳、豚肉 大豆、チーズ	スパゲッティ、油 バター、砂糖 小麦粉	にんじん、ホールトマト、玉葱 セロリー、マッシュルーム、キャベツ コーン	827 30.9
23	月	○	麦ごはん、魚の変わりソース 野菜ソテー、かきたま汁	牛乳、たら ベーコン、鶏卵	米、押麦、でん粉 砂糖、油	にんじん、小松菜、玉葱、もやし キャベツ、長葱	811 29.4
24	火	○	和風ハンバーガー ワンタン入り野菜スープ、杏仁豆腐	牛乳、鶏肉、豆腐 鶏卵、粉寒天	パン、砂糖、パン粉 でん粉、ワンタンの皮 油	にんじん、小松菜、長葱、しょうが 玉葱、キャベツ、パイン、みかん 黄桃	857 39.0
25	水	○	たけのこごはん、松風焼き ごま和え、みそ汁	牛乳、鶏肉 油揚げ、鶏卵 豆腐、わかめ	米、砂糖、パン粉 ごま	にんじん、小松菜、たけのこ、玉葱 しょうが、もやし、キャベツ	792 39.4
26	木	○	五目あんかけ焼きそば ポテトのケチャップあえ、果物	牛乳、豚肉、いか むきえび、うずら卵	蒸し中華めん、でん粉 じゃがいも、砂糖、油 バター	にんじん、小松菜、しょうが、玉葱 たけのこ、白菜、もやし、干し椎茸	909 35.3
27	金	○	カレーライス フレンチサラダ、果物	牛乳、豚肉	米、押麦、じゃがいも 小麦粉、油、バター 砂糖	にんじん、にんにく、しょうが、玉葱 キャベツ、きゅうり、コーン	887 24.3
29	日		昭和の日				
30	月		振替休日				

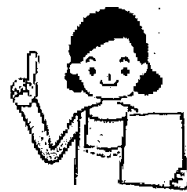
※食材材料の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

※1年生は、11日(水)から給食が始まります。

## 保護者の方へ

毎月月末に、献立表を配布します。ぜひ目を通してください。そして、子どもたちに今日、学校で何を食べたのか聞いてください。給食で何を食べているか知ることは、家庭の献立と重ならないようにするためだけでなく、家族との会話の糸口にもなります。その中で食べ物への関心を持たせると同時に、食べられなかったものが何だったのかを知り、少しでも克服できるよう支援していただけたら幸いです。

また、給食当番になりますと金曜日に白衣を持ち帰ります。洗濯をして月曜日に必ず持たせてください。お手数おかけいたしますが、よろしくお願いいたします。



◆給食の調理委託業務は、東京フードサービス株式会社が行います。

心を込めて安全でおいしい給食を提供してまいります。よろしくお願いいたします。

