



# 4月予定献立

4月の給食目標  
給食について理解し、基本的態度を身につけよう

日	曜	牛乳	授業	地産地消の食材	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質
8	水	○	通常	小松菜	ごはん ひじきのふりかけ 鯖の梅みそ焼き もやしと小松菜の辛子醤油 かきたま汁 オレンジゼリー	さわら 白みそ 木綿豆腐 鶏卵 牛乳 ひじき だし昆布 粉寒天	米 上白糖 三温糖 でん粉 白ごま(いり)	しその葉 小松菜 にんじん 梅干し もやし 大根 玉葱 オレンジジュース みかん缶	761 kcal 33.6 g
9	木	○	通常		赤飯 鶏の唐揚げ ゴマ和え 貝だくさん味噌汁	ささげ 鶏肉 油揚げ 白みそ 牛乳	米 もち米 でん粉 薄力粉 上白糖 三温糖 黒ごま(いり) 白絞油 白ごま(いり) 白ごま(すり)	かぶの葉 にんじん しょうが にんにく もやし キャベツ かぶ 長ねぎ	794 kcal 31.9 g
10	金	○	通常		ピザドッグ ポトフ グリーンサラダ	ベーコン 豚肉 ピザチーズ 牛乳	コッペパン 上白糖 じゃがいも サラダ油	ピーマン にんじん ブロッコリー にんにく 玉葱 マッシュルーム キャベツ セロリー きゅうり	812 kcal 32.8 g
13	月	○	45分 授業		カレーライス ひよこ豆のサラダ 清見オレンジ	豚肉 ひよこめ 牛乳	米 じゃがいも 薄力粉 三温糖 サラダ油 有塩バター ひまわり油	にんじん にんにく しょうが 玉葱 きゅうり キャベツ レモン果汁 清見オレンジ	825 kcal 21.7 g
14	火	○	通常		ごはん 鯖のねぎみそ焼 パリパリ油揚げサラダ けんちん汁	さば 白みそ 油揚げ 木綿豆腐 牛乳	米 上白糖 三温糖 さといも 板こんにゃく サラダ油	にんじん こねぎ しょうが 長ねぎ キャベツ きゅうり 大根 ごぼう	760 kcal 32.7 g
15	水	○	通常	小松菜	ホイコウロウ丼 春雨スープ マーラーカオ (中国のカップケーキ)	豚肉 赤みそ 鶏肉 油揚げ 鶏卵 牛乳 生クリーム	米 上白糖 でん粉 はるさめ 薄力粉 三温糖 サラダ油 黒ごま(いり)	にんじん ピーマン 小松菜 しょうが にんにく だけのこ キャベツ 干し椎茸 長ねぎ 玉葱	863 kcal 31.6 g
16	木	○	通常		ごはん 手作りふりかけ じゃがのそぼろ煮 糸寒天のサラダ	糸けすり節 鶏肉 ちりめんじゃこ 牛乳 あおのり	米 上白糖 じゃがいも しらたき 白ごま(いり) 白絞油 サラダ油 ごま油	にんじん 玉葱 干し椎茸 グリーンピース 糸寒天 キャベツ きゅうり	822 kcal 29.8 g
17	金	○	通常		フィッシュサンド ミネストラスープ デコボン	メルルーサ 鶏卵 ベーコン 豚肉 牛乳	丸パン 薄力粉 パン粉 上白糖 マカロニ 白絞油 サラダ油	にんじん ホールトマト パセリ キャベツ にんにく しょうが 玉葱 デコボン	771 kcal 35.8 g
20	月	○	通常	小松菜	菜飯 シシャモの甘露煮 うめキュウリ 豚汁	糸けすり節 豚肉 木綿豆腐 白みそ ちりめんじゃこ 牛乳 ししゃも	米 でん粉 三温糖 じゃがいも 板こんにゃく 白絞油 白ごま(いり) サラダ油	小松菜 にんじん きゅうり キャベツ うめぼし 大根 長ねぎ	753 kcal 28.4 g
21	火	○	通常	小松菜	五目あんかけ焼きそば 青のりポテト 甘夏みかん	豚肉 いか うずらの卵 牛乳 あおのり	蒸し中華めん でん粉 じゃがいも サラダ油 白絞油	にんじん 小松菜 しょうが 玉葱 だけのこ 白菜 もやし 干し椎茸 甘夏みかん	761 kcal 31.7 g
22	水	○	通常	小松菜 ブルーベリー	筍そぼろ丼 キャベツと大根の味噌汁 ブルーベリーヨーグルト	豚肉 油揚げ 白みそ 牛乳 プレーンヨーグルト	米 糸こんにゃく 三温糖 上白糖 サラダ油	にんじん 小松菜 しょうが だけのこ キャベツ 大根 長ねぎ ブルーベリー レモン果汁	824 kcal 31.4 g
23	木	○	通常	小松菜	鶏肉とイカ入りドリリア ABCスープ いちご	鶏肉 いか 豚肉 牛乳 生クリーム ピザチーズ	米 薄力粉 マカロニ 有塩バター サラダ油	にんじん パセリ 小松菜 玉葱 白菜 セロリー いちご	808 kcal 31.5 g
24	金	○	通常		鶏飯 きびなごの唐揚げ モヤシの胡麻酢和え	鶏肉 鶏卵 牛乳 きびなご 刻みのり カットわかめ	米 上白糖 薄力粉 でん粉 三温糖 白絞油 白ごま(すり) ごま油	きぬさや にんじん 葉ねぎ 干し椎茸 しょうが レモン果汁 きゅうり	806 kcal 40 g
27	月	○	通常		大豆入りミートソーススパゲッティ キャベツとコーンのサラダ りんご	豚肉 大豆 牛乳	上白糖 薄力粉 スパゲッティ サラダ油 有塩バター オリーブ油	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 ホールコーン りんご	813 kcal 29.2 g
28	火	○	通常	小松菜	わかめごはん あじフライ 野菜のゴマドレッシング 春野菜の味噌汁	あじ 鶏卵 油揚げ 白みそ 炊き込みわかめ 牛乳	米 薄力粉 パン粉 パン粉 上白糖 じゃがいも 白絞油 白ごま(いり) サラダ油	にんじん 小松菜 もやし きゅうり キャベツ 玉葱	798 kcal 30.7 g
29	水	<b>昭和の日</b>							
30	木	○	通常	小松菜	きんぴら御飯 千草焼き 磯和え 豆腐とわかめの味噌汁	鶏肉 鶏卵 木綿豆腐 油揚げ 白みそ 牛乳 ひじき きざみのり カットわかめ	米 上白糖 サラダ油 白ごま(いり)	にんじん 小松菜 ごぼう えのきたけ 干し椎茸 玉葱 もやし	760 kcal 35.1 g

\* 食材料の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

\* 収穫状況により、「地産地消の食材」が変更になる場合があります。ご了承ください。

★1年生は4月9日(木)から給食が開始します。

## 保護者様へ

毎月月末に、献立表・給食だよりが両面印刷となっているプリントをお配りいたします。ぜひお読みください。

そして、子供たちと、「今日学校で何を食べたのか」など、食について話をしてほしいと思います。「何が好き」や「給食で出たあの料理は？」など、ちょっとしたことでも、ご家庭で食について話をさせていただくことで、子供たちは食への興味・関心を持つようになります。食への関心は、将来の食習慣の形成に大いに関係していきと考えています。どうぞ、ご家庭での「食育」を大事にさせていただきたいと思っております。

★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、アイロンをかけた状態で月曜日に必ず持たせるようお願いいたします。



給食の調理委託業務は、引き続き株式会社 レクトンが行います。心を込めて安全で、おいしい給食を提供してまいります。よろしくお願いたします。

