

4月 献立予定表

日曜日	献立名	おもと さいりょうめい 主な材料名						えいようか 栄養価		
		おもと からだ 主に体をつくるものになる		おもと からだ ちようし とどの 主に体の調子を整える		おもと 主にエネルギーのもとになる		エネルギー (Kcal)	食塩 相当量 (g)	
		1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミンC、他	5群 炭水化物	6群 脂質			その他の材料 (調味料など)
8 火	麦ごはん 牛乳 鶏肉のねぎ味噌炒め やみつきもやし 沢煮椀		牛乳				ごはん おおむぎ		幼 1 小 669 中 839	1.8 2.2
9 水	ごはん 牛乳 ミートローフ 粉ふき芋 ジュリエンスープ		牛乳				ごはん		幼 1 小 1 中 823	2.0
10 木	ごはん 牛乳 エビシューマイ×②②②③ 回鍋肉 中華スープ		牛乳				ごはん		幼 1 小 618 中 806	2.1 2.7
11 金	ごはん 牛乳 ポークカレー 白身魚フリッター②②②③ 海藻サラダ(ドレッシング)		牛乳				ごはん		幼 564 小 706 中 905	1.5 1.9 2.4
14 月	ごはん 牛乳 焼肉 もやしと豆苗のサラダ(ドレッシング) 手作り肉団子スープ		牛乳				ごはん		幼 524 小 654 中 1	1.4 1.8
〈 入 学 ・ 進 学 お め て と う 献 立 〉										
15 火	ごはん 牛乳 揚げ鶏の玉ねぎソースかけ かにかまの和え物 すまし汁 さくらゼリー		牛乳				ごはん		幼 549 小 680 中 865	1.6 2.1 2.6
16 水	ごはん 牛乳 煮魚 わかめときゅうりの酢の物 豚汁		牛乳				ごはん		幼 469 小 602 中 773	1.6 2.1 2.6
17 木	麦ごはん 牛乳 ピピンバ(肉味噌) ピピンバ(ナムル) 春雨スープ		牛乳				ごはん おおむぎ		幼 488 小 641 中 824	1.4 1.9 2.4
18 金	コッペパン 牛乳 野菜コロッケ ブロッコリーのガーリックソテー ミネストローネ		牛乳				コッペパン		幼 483 小 623 中 772	1.8 2.3 3.0
21 月	ごはん 牛乳 さけの味噌マヨネーズ焼き ふきの炒め煮 鶏けんちん汁		牛乳				ごはん		幼 545 小 1 中 867	1.6 1 2.7
22 火	麦ごはん 牛乳 豚肉の生姜炒め 旨塩キャベツ わかめと筍の味噌汁		牛乳				ごはん おおむぎ		幼 490 小 634 中 810	1.6 2.0 2.5
23 水	焼きそば 牛乳 春巻き 甘酢和え 蒸しパン		牛乳				中華めん		幼 600 小 650 中 855	2.1 2.7 3.4

4月 献立予定表

日曜日	献立名	おも さいりょうめい 主な材料名						えいようか 栄養価		
		おも からだ 主に体をつくるものになる		おも からだ ちようし とどの 主に体の調子を整える		おも 主にエネルギーのもとになる		エネルギー (Kcal)	食塩 相当量 (g)	
		1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミンC、他	5群 炭水化物	6群 脂質			
24 木	ごはん 牛乳 そばあんかけ豆腐 ゆで干し野菜とツナのサラダ(ドレッシング) たまご 玉ねぎとベーコンの味噌汁	牛乳	★豆腐ステーキ とり肉		えだまめ しょうが ★ゆで干しミックス スイートコーン	ごはん 砂糖 てん粉	油	酒 しょう油 みりん ソイドレッシング かつおだし	幼 499 小 651 中 813	1.9 2.4 2.8
25 金	丸パン 牛乳 フライドチキン 春野菜のマリネ コーンクリームスープ	牛乳	とり肉 ハム		しょうが キャベツ たまねぎ レモン果汁 たまねぎ スイートコーン	丸パン でん粉 小麦粉 コーンスターチ	油	ガーリックパウダー 酒 塩 酢 塩 ベシヤメルソース コーンポタージュ 塩 こしょう チキンブイヨン	幼 498 小 631 中 833	1.6 2.3 3.0
28 月	麦ごはん 牛乳 さばのピリ辛焼き 春雨サラダ ワンタンスープ	牛乳	さば かまぼこ		ねぎ キャベツ もやし たまねぎ しいたけ しょうが	ごはん おおむぎ 砂糖 てん粉 はるさめ 砂糖	ごま油	酒 しょう油 みりん トウバンジャン 酢 しょう油 酒 しょう油 塩 こしょう がらスープ	幼 542 小 675 中 878	1.6 2.1 2.6
30 水	山菜うどん(ソフトメン) 山菜うどん(山菜うどん汁) 牛乳 ちくわの新緑揚げ①①①② ごぼうサラダ(ドレッシング)	牛乳	ぶた肉 油揚げ ちくわ たまご	にんじん	ねぎ ★山菜ミックス しいたけ ごぼう スイートコーン	ソフトメン 油	油	酒 かつおだし 塩 しょう油 みりん 抹茶 しょう油 酢 ごまドレッシング	幼 527 小 665 中 891	1.9 2.5 3.4

- * 天候等の都合により、献立内容が変更することがあります。
- * ★表記がある食品は、使用されている主な材料から分類し表記しています。
- * 献立名の欄にある○の数字はおかずの数です。
左から、幼、小(低)、小(中)、小(高)、中・職員の順に示しています。
- * 不明な点は給食センターへお問い合わせください。(Tel:0297-82-3363)

栄 養 素	基準量		4月の平均	
	エネルギー (Kcal)	食塩 (g)	エネルギー (Kcal)	食塩 (g)
幼稚園	490	1.5	521	1.7
小学校(3・4年)	650	2.0	650	2.1
中学校	830	2.5	837	2.7

給食の開始について

幼稚園さくら組は4月11日(金)から、すみれ組は5月7日(水)から給食が開始になります。
小学校1年生は4月11日(金)から給食開始です。
中学校1年生は4月10日(木)から給食開始です。

お知らせ

小学校 は、入学式のため9日(水)の給食はありません。中学校2・3年生のみ給食があります。
中学校 は、振替休業日のため14日(月)の給食はありません。
小学校 は、振替休業日のため21日(月)の給食はありません。

学校で配布している献立予定表には「給食だより」を掲載しています。