

4月 献立予定表

日曜日	献立名	主な材料名						栄養価			
		主に体をつくるものになる		主に体の調子を整える		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 水	麦ごはん 牛乳 さばのみそ煮 小松菜のおかか和え 沢煮椀		牛乳				ごはん おおむぎ			幼 - 小 701 中 870	- 2.3 2.8
9 木	ごはん 牛乳 ミートローフ 粉ふきいも 野菜スープ		牛乳				ごはん			幼 - 小 - 中 821	- - 2.2
10 金	コッペパン 牛乳 メンチカツ ブロッコリーのガーリックソテー トマトスープ		牛乳				コッペパン			幼 - 小 614 中 788	- 2.8 3.7
13 月	ごはん 牛乳 春巻き パンサンスー 麻婆豆腐		牛乳				ごはん			幼 592 小 732 中 937	1.9 2.2 2.7
14 火	麦ごはん 牛乳 ポークカレー 白身魚フリッター②②②③ 海藻サラダ		牛乳				ごはん おおむぎ			幼 595 小 741 中 950	1.9 2.2 2.8
15 水	【 入学・進級おめでとう献立 】										
	ごはん 牛乳 鶏肉の塩から揚げ ほうれん草のごま和え すまし汁 いちごクレープ		牛乳				ごはん			幼 572 小 701 中 860	1.5 1.9 2.3
16 木	ごはん 牛乳 ぎょうぎ①②②③ ホイコーロー 中華スープ		牛乳				ごはん			幼 459 小 632 中 817	1.4 1.9 2.4
17 金	ミルクパン 牛乳 オムレツのトマトソースかけ ツナサラダ コーンクリームスープ		牛乳				ミルクパン			幼 502 小 701 中 811	2.0 2.7 3.3
21 火	麦ごはん のりふりかけ 牛乳 豚肉の生姜炒め うま塩キャベツ わかめとたけのこのみそ汁		牛乳				ごはん おおむぎ			幼 468 小 607 中 772	1.8 2.2 2.7
22 水	山菜うどん(ソフトメン) 山菜うどん(山菜うどん汁) 牛乳 いかのかりん揚げ ごぼうサラダ		牛乳				ソフトメン			幼 542 小 668 中 865	2.3 2.8 3.5

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						まいようか 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			その他の材料 (調味料など)	
23 木	ごはん 牛乳 そばろあんかけ豆腐 ゆで干し野菜とツナのサラダ 玉ねぎとベーコンのみそ汁 オレンジゼリー		牛乳				ごはん 砂糖 でん粉 ★ゆで干しミックス たまねぎ えのきたけ ★オレンジゼリー			幼 496 小 631 中 805	2.0 2.4 3.1
24 金	ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン キャベツと生揚げの炒め物 もやしスープ		牛乳				ごはん でん粉 水あめ 油 ごま油 油 ごま油 油		ケチャップ しょう油 コチュジャン 酢 しょう油 塩 トウバンジャン こしょう 酒 しょう油 塩 こしょう がらスープ	幼 540 小 677 中 869	1.7 2.1 2.6
27 月	麦ごはん 牛乳 かつおカツ 春雨サラダ 塩こうじスープ		牛乳				ごはん おおむぎ 油 春雨 砂糖 油		酢 しょう油 酒 塩こうじ しょう油 こしょう がらスープ	幼 512 小 642 中 831	1.6 1.9 2.4
28 火	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ照り焼き ふきの炒め煮 けんちん汁		牛乳				ごはん しょうが 砂糖 砂糖 こんにやく		酒 みりん しょう油 酒 みりん しょう油 しょう油 塩 酒 みりん かつおだし	幼 501 小 650 中 830	1.8 2.1 2.6
30 木	ごはん 牛乳 肉そぼろ にんじんと油揚げの甘辛煮 じゃがいものみそ汁		牛乳				ごはん しょうが 砂糖 砂糖 たまねぎ えのきたけ ねぎ じゃがいも		酒 しょう油 みりん しょう油 かつおだし かつおだし	幼 514 小 662 中 829	1.9 2.3 2.8

- * 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)

お知らせ 給食のない日、給食開始日は以下のとおりです。

【給食のない日】

日	学校名	理由
9日	小学校	入学式
20日	全校	振替休業日

【給食開始日】

日	学年
10日	中学1年生
13日	小学1年生
//	幼稚園さくら組
24日	幼稚園すみれ組

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	524	1.8
小学校(3・4年)	650	2.0	669	2.3
中学校	830	2.5	843	2.8

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。