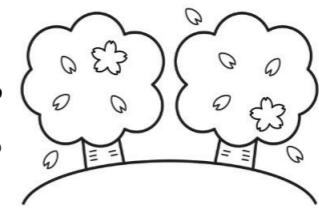


4月分 予定献立表



日(曜)	主食	牛乳	おかず	血や肉となる食品	働く力や体温となる食品	体の調子を整える食品	栄養価		
							エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
12(火)	せきはん		さわらのたつたあげ すましじる こうはくだいふく	ぎゅうにゅう さわら とうふ かまぼこ わかめ とりにく	ごはん ごま だいふく あぶら	にんじん ねぎ	606	26.1	
13(水)	ごはん		のりすあえ なまあげとりにくのみそに	ぎゅうにゅう のり なまあげ とりにく みそ	ごはん さとう じゃがいも ごま あぶら	ほうれんそう きゃべつ もやし にんじん たまねぎ しいたけ はくさい ねぎ さやいんげん しょうが	609	25.0	
14(木)	こどもパン		コロッケ コーンサラダ ミネストローネ	ぎゅうにゅう ベーコン	パン コロッケ さとう じゃがいも マカロニ あぶら	ホールコーン きゃべつ にんじん たまねぎ セロリ	741	20.8	
15(金)	ナポリタン		キャラメルポテト ひじきのマリネ ぎゅうにゅうプリン	ぎゅうにゅう ハム チーズ ひじき	スパゲッティ あぶら さつまいも さとう バター	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム ピーマン きゅうり だいこん ホールコーン	603	19.6	
18(月)	ごはん		てっかみそ じゃがいものそぼろに いそかあえ	ぎゅうにゅう だいす みそ ぶたにく のり	ごはん あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ にんじん しょうが グリーンピース ほうれんそう きゃべつ もやし えのきたけ	634	23.5	
19(火)	ツイストパン		こまつなサラダ チキンピーズ オレンジゼリー	ぎゅうにゅう わかめ とりにく だいす チーズ	パン さとう ごま じゃがいも バター	こまつな ホールコーン たまねぎ にんじん グリーンピース オレンジジュース みかん	692	27.1	
20(水)	わかめごはん		からあげ とんじる	ぎゅうにゅう わかめ とりにく ぶたにく あぶらあげ みそ	ごはん ごま でんぶん こむぎこ こんにゃく じゃがいも あぶら	しょうが にんじん だいこん ごぼう ねぎ ほうれんそう	632	28.5	
21(木)	ごはん		マーボーどうふ ちゅうかサラダ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ	ごはん あぶら さとう でんぶん	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ こまつな きゃべつ きゅうり もやし	580	25.7	
22(金)	たけのこごはん		さばのたつたあげ かきたまじる	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく さば わかめ たまご	ごはん あぶら さとう でんぶん	たけのこ さやえんどう にんじん たまねぎ ねぎ	614	29.1	
25(月)	ごはん		チキンカレー かいそうサラダ	ぎゅうにゅう とりにく かいそうミックス	ごはん こむぎこ あぶら バター ごま じゃがいも	たまねぎ にんじん にんにく だいこん きゅうり ホールコーン	631	19.0	
26(火)	ホットドッグ (コッペパン)		フランクフルト キャベツ はるやさいのクリームに さくらゼリー	ぎゅうにゅう フランクフルト とりにく チーズ	パン じゃがいも こむぎこ バター あぶら	きゃべつ たまねぎ アスパラガス しめじ グリーンピース	717	26.3	
27(水)	ごはん		☆とりにくのピーナツがらめ けんちんじる きよみオレンジ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ みそ	ごはん あぶら でんぶん ピーナツ さとう じゃがいも こんにゃく	ごぼう だいこん にんじん こまつな ねぎ きよみオレンジ	628	27.0	
28(木)	かやくごはん		ししゃもフライ さつまじる	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ししゃも とうふ みそ	ごはん こんにゃく さとう あぶら さつまいも	にんじん ごぼう しいたけ だいこん ねぎ	677	28.0	
◎献立は都合により変更する場合があります。							平均栄養量	643 Kcal	25.1 g

1年生は19日(火)から給食がはじまります。



○12日(火)は、進級・進学をお祝いして赤飯と紅白大福が登場します。

☆今月は関東地方の料理です。

27日(水)に千葉県の特産品ピーナツを使った料理が登場します。

