



4月 学校給食献立予定表



日	曜	こんだてめい	からだをつくるものになる (あかいろのたべもの)	エネルギーのもとになる (きいろのたべもの)	からだのちようしをととのえるものになる (みどりいろのたべもの)	えいようか (4年生)	1食分 kcal	1人分 g
8	金	むぎごはん		こめ むぎ		641	23.8	
		ハヤシソース	ぶたにく ぶたレバー だいず	こめあぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん にんにく トマト マッシュルーム			
		キャベツのごま入りサラダ		ごま さとう オリーブあぶら	キャベツ きゅうり			
		ココアプリン	牛乳 だっしふんにゅう	牛乳 さとう バター				
11	月	むぎごはん		こめ むぎ		687	22.6	
		にらにくじゃが	ぶたにく ぶたレバー	じゃがいも こめあぶら さとう でんぷん	たまねぎ にんじん しょうが にら			
		なるとのすましじる	なると とうふ		だいこん こんにゃく しいたけ こまつな			
		ヨーグルト	牛乳 ヨーグルト	牛乳 さとう				
12	火	むぎごはん		こめ むぎ		649	24.1	
		カレーソース	ぶたにく ぶたレバー だいず チーズ	じゃがいも こめあぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト			
		ツナサラダ	牛乳 まぐろ	牛乳 さとう オリーブあぶら	キャベツ きゅうり			
13	水	こくとういりかくがたしよくパン	だっしふんにゅう	パン くるさとう		568	20.3	
		トマトのポトフ	ウイナー	じゃがいも	たまねぎ にんじん さやいんげん トマト			
		マカロニサラダ	牛乳 ハム	牛乳 マカロニ マヨネーズ	キャベツ きゅうり			
14	木	むぎごはん		こめ むぎ		643	24.9	
		マーボードウフ	ぶたにく とうふ みそ	こめあぶら こめあぶら さとう でんぷん	たまねぎ にんじん たけのこ しょうが にんにく はねぎ			
		ちぐさあえ	牛乳 たまご	牛乳 はるさめ さとう ごま こめあぶら	キャベツ きゅうり			
15	金	むぎごはん		こめ むぎ		600	27.4	
		わかどりのからあげ	とりにく	こめあぶら さとう でんぷん	しょうが			
		こみあえ	かつおぶし	ごま さとう ごまあぶら	キャベツ ほうれんそう			
		かきたまじる	牛乳 たまご とうふ	牛乳 でんぷん	たまねぎ にんじん はねぎ			
18	月	むぎごはん		こめ むぎ		598	23.3	
		にくみそ	ぶたにく みそ	ごま こめあぶら さとう	にんにく しょうが			
		ナムル	たまご	こめあぶら こめあぶら	もやし にんじん			
		ワンタンスープ	牛乳 ベーコン	牛乳 ワンタンのかわ	たまねぎ チンゲンサイ			
19	火	♪ 食育の日 ♪				608	26.3	
		わかめごはん	わかめ	こめ むぎ				
		さわらのしろみそやき	さわら みそ		しょうが			
		さんびらごぼう	ぶたにく	ごま こめあぶら さとう	ごぼう にんじん こんにゃく			
		いもだんごじる		じゃがいも	だいこん もやし ぶなしめじ ほうれんそう			
		しずおかみかんゼリー	牛乳	牛乳 さとう	みかん(果汁)			
20	水	ロールパン	だっしふんにゅう	パン		639	22.3	
		やさしいコロッケ		じゃがいも パンこ こむぎこ こめあぶら さとう	にんじん たまねぎ とうもろこし さやいんげん			
		にくだんごのシチュー	とりにく ぶたにく だっしふんにゅう	じゃがいも こめあぶら バター こむぎこ	たまねぎ にんじん ぶなしめじ ブロッコリー パセリ			
21	木	むぎごはん		こめ むぎ		558	25.7	
		おやこどんのぐ	とりにく たまご かまぼこ	じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん たけのこ こんにゃく			
22	金	いそかあえ	牛乳 のり	牛乳	キャベツ こまつな	623	23.3	
		ソフトめん		ソフトめん				
		ミートソース	ぶたにく ぎゅうにく ぶたレバー チーズ	バター こめあぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト			
25	月	フレンチサラダ	牛乳	牛乳 さとう オリーブあぶら	キャベツ きゅうり なつみかん(缶)	595	23.2	
		たけのこごはん	あぶらあげ	こめ むぎ さとう	たけのこ にんじん しいたけ さやえんどう			
		だいずのあめがらめ	だいず	さつまいも こめあぶら ごま でんぷん さとう				
26	火	ぶたじる	牛乳 ぶたにく とうふ みそ	牛乳 じゃがいも こめあぶら	だいこん ごぼう はねぎ	577	22.9	
		むぎごはん		こめ むぎ				
		ササミカツ	とりにく	じゃがいも パンこ こめこ こめあぶら でんぷん				
		いそマヨネーズあえ	のり	マヨネーズ ごま	キャベツ きゅうり			
27	水	だいこんとおふのすましじる	牛乳 つみれ とうふ わかめ	牛乳 かまやきふ さとう	だいこん にんじん たまねぎ こんにゃく はねぎ	598	18.4	
		むぎごはん		こめ むぎ				
		あげぎょうざ	ぶたにく	ぎょうざのかわ こめあぶら ごまあぶら	キャベツ にら にんにく			
28	木	もやしのごますあえ		ごま ごまあぶら	もやし こまつな	604	28.1	
		はるさめのスープ	牛乳	牛乳 はるさめ でんぷん	だいこん チンゲンサイ えのきたけ にんじん			
		ツナのしょうゆスバゲッティ	まぐろ ベーコン のり	スバゲッティ	たまねぎ にんじん マッシュルーム ぶなしめじ しいたけ にんにく			
28	木	サイコロスープ	つくね	じゃがいも	だいこん ブロッコリー こまつな パセリ	604	28.1	
		さつまいもむしパン	牛乳 たまご ぎゅうにゅう	牛乳 さつまいも こむぎこ さとう こめあぶら				



4月の目標「給食の準備をきちんとしよう」

※8、11日は、1年生は給食がありません。

※27日は選定、28日は選定予備日のため、1から4年生の給食がありません。

※「新しい生活様式」を踏まえた学校の行動基準の地域の感染レベル3に相当する場合は、献立の品数を減らして提供します。

※都合により、献立を変更する場合があります。

多賀小学校のホームページにも掲載しています。

