

[4月給食献立表] 食材の購入の都合により、多少変更することもあります。小学部4～6年生の栄養価を記載しています。

日	献立名	牛乳	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	調味料など	エネルギー たんぱく質 脂質
15 げつ 月	ひき肉カレー	○	鶏ひき肉, 赤みそ	米, なたね油, じゃがいも	玉葱, 人参	塩, カレー粉, カレールウ, ウスターソース, みりん, 醤油	619 kcal
	きゃべつのスープ				キャベツ, 人参, とうもろこし缶	鶏がらだし, コンソメ, 醤油, 塩	21.3 g
							19.4 g
16 か 火	コッペパン	○	脱脂粉乳	強力粉, 三温糖, ショートニング			624 kcal
	白身魚のトマトソース焼き		すずき	三温糖, オリーブ油	トマト缶, 玉葱, にんにく, パセリ	酒, 塩, こしょう, コンソメ	36.9 g
	押し麦スープ		鶏肉	押し麦	玉葱, 人参	塩, こしょう, コンソメ	20.0 g
	いちごジャム				いちごジャム		
17 すい 水	豚丼	○	豚肉, こんぶ, かつおだし	米, しらたき, 三温糖	人参, 玉葱, 生椎茸	醤油, 酒	602 kcal
	春キャベツのみそ汁		こんぶ, かつおだし, 麦みそ		キャベツ, 人参, もやし, 葉ねぎ		28.0 g
							15.4 g
18 もく 木	ごはん	○		米			608 kcal
	カレイの塩昆布焼き		カレイ, 塩昆布				33.4 g
	ひじきのマヨサラダ		ひじき, ツナフレーク油漬け	マヨネーズ	とうもろこし缶, 枝豆	醤油	16.2 g
	新玉葱のみそ汁		こんぶ, かつおだし, 麦みそ		玉葱, 人参, もやし, 葉ねぎ		
19 きん 金	飲むヨーグルト	○	飲むヨーグルト				624 kcal
	桜ごはん			米		桜ごはんの素	24.1 g
	豆腐ハンバーグ		豆腐ハンバーグ(加工品)	米油			16.6 g
	生麩のお吸い物		鶏肉, こんぶ, かつおだし	生麩	大根, 人参, 葉ねぎ	醤油, 塩	
22 げつ 月	ごはん	○		米			606 kcal
	豚じゃが		豚肉, こんぶ, かつおだし	なたね油, じゃがいも, しらたき, 三温糖	人参, 玉葱	酒, 醤油, みりん	28.1 g
	わかめのみそ汁		わかめ, こんぶ, かつおだし, 麦みそ		人参, ぶなしめじ, 大根, ねぎ		15.9 g
23 か 火	黒糖パン	○	脱脂粉乳	強力粉, ショートニング, 黒砂糖			613 kcal
	チキンのきのこソース		鶏肉	オリーブ油	ぶなしめじ, エリンギ, 舞茸	塩, こしょう, コンソメ	32.6 g
	コンソメスープ				白菜, 人参, 玉葱	鶏がらだし, コンソメ, 塩, こしょう, 醤油	23.3 g
24 すい 水	ごはんとこんぶの佃煮	○	こんぶ	米, 三温糖		醤油, 酒, みりん	608 kcal
	鯖の塩焼き		鯖			塩, 酒	31.7 g
	けんちん汁		木綿豆腐, こんぶ, かつおだし	板こんにやく	大根, 人参, 葉ねぎ, ごぼう, 干し椎茸	醤油, 塩	23.7 g



★ 入学・進級おめでとうございます ★ 4月15日から給食が始まります ★

給食は栄養バランスのとれた食事によって、子どもたちの健康や心と体の成長を支えています。また、食に関する生きた教材として、望ましい食習慣と正しい知識、実践力を身につけることができます。

本校では、農園で収穫した野菜を使用したり、行事食や郷土料理、世界の料理などを献立に取り入れていきます。ご家庭でも話題にしていただければと思います。

今年度も子どもたちの健やかな成長のために安全安心を第一に、おいしい給食を作っていきますので、よろしくお願いいたします。

