

4月学校給食献立表

幼稚園用

日	献立	おもにエネルギーのもとになる食品 【黄色のたべもの】	おもに体をつくるもとになる食品 【赤色のたべもの】	おもに体の調子を整えるもとになる食品 【緑色のたべもの】	調味料・その他
10日 (水)	カレーライス 福神漬け フルーツコンポート	精白米 ジャガイモ 油 砂糖	牛乳 豚肉	玉ねぎ にんじん 福神漬け 黄桃缶 アロエ缶 パイン缶	カレールウ 塩 コショウ ソース ガーリックパウダー
11日 (木)	鶏肉のから揚げ 五目スープ ピーチゼリー	コッペパン 揚げ油 片栗粉 ジャガイモ	牛乳 鶏肉 豚肉	土しょうが 白菜 にんじん 緑豆もやし 青ねぎ えのきたけ 土しょうが ピーチゼリー	こいロしょうゆ うすロしょうゆ 酒 鶏がら うすロしょうゆ コンソメ 塩 コショウ
12日 (金)	ピピンバ わかめスープ	精白米 すりごま 油 砂糖 ごま油 ごま油	牛乳 牛肉 豚肉 わかめ	ぜんまい水煮 大豆もやし 青ねぎ にんじん 小松菜 キャベツ にんじん 青ねぎ えのきたけ	こいロしょうゆ 塩 ラー油 鶏がら 中華スープ コショウ うすロしょうゆ 塩
15日 (月)	照り焼きミートボール コーンスープ ヨーグルト	コッペパン 砂糖 片栗粉 油	牛乳 ミートボール ベーコン ヨーグルト	玉ねぎ しめじ 玉ねぎ にんじん クリームコーン コーン	こいロしょうゆ みりん 鶏がら コンソメ うすロしょうゆ 塩 コショウ
16日 (火)	さばのみそ煮 かきたま汁 にんじんしりしり	精白米 砂糖 ごま油 砂糖	牛乳 さば 白みそ 赤みそ 鶏肉 かまぼこ 卵 ツナ油漬け	土しょうが にんじん 三つ葉 えのきたけ にんじん	酒 こいロしょうゆ うすロしょうゆ 削り節 うすロしょうゆ
17日 (水)	コーンピラフ キャベツスープ オレンジポンチ	精白米 精麦 パター 油 油	牛乳 ベーコン 鶏肉 豚肉	玉ねぎ にんじん コーン グリンピース キャベツ にんじん 玉ねぎ みかん缶 アロエ缶 黄桃缶 オレンジジュース	コンソメ こいロしょうゆ 塩 コショウ 鶏がら コンソメ うすロしょうゆ 塩 コショウ
18日 (木)	ポークビーンズ キャベツとツナのサラダ	コッペパン いちごジャム ジャガイモ 油 砂糖 すりごま ごま油 砂糖	牛乳 豚肉 ベーコン 大豆 ツナ油漬け	玉ねぎ にんじん グリンピース キャベツ にんじん コーン	塩 コショウ ソース ケチャップ 鶏がら ローリエ コンソメ 塩 酢 こいロしょうゆ
19日 (金)	わかめごはん 鶏肉とジャガイモの炒め煮 豚汁	精白米 ジャガイモ 油 砂糖 すりごま	牛乳 炊き込み用わかめ(味付) 鶏肉 豚肉 うすあげ 平天 みそ	玉ねぎ 大根 玉ねぎ にんじん しめじ 青ねぎ つきこんにゃく	酒 みりん こいロしょうゆ 削り節
22日 (月)	中華風うま煮 はたはたのからあげ アーモンド	黒糖パン 油 片栗粉 ごま油 揚げ油 アーモンド	牛乳 豚肉 イカ 絹厚揚げ はたはた(片栗粉付き)	土しょうが たけのこ 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 干しいたけ	鶏がら 中華スープ みりん うすロしょうゆ 酒 塩 コショウ
23日 (火)	豚肉とキャベツのみそ炒め もずくのすまし汁	精白米 ごま油 砂糖 ラード	牛乳 豚肉 みそ もずく 豆腐 卵 かまぼこ	キャベツ にんじん ピーマン にんにく えのきたけ 青ねぎ	こいロしょうゆ 酒 うすロしょうゆ 酒 塩 削り節
24日 (水)	かやくごはん みそ汁 高野豆腐の煮物	精白米 砂糖	牛乳 鶏肉 うすあげ うすあげ わかめ みそ 高野豆腐	にんじん たけのこ つきこんにゃく 大根 えのきたけ 青ねぎ にんじん さやいんげん	出し昆布 削り節 こいロしょうゆ 酒 削り節 みりん うすロしょうゆ 塩 削り節
25日 (木)	クリームシチュー 野菜ソテー	コッペパン ジャガイモ 油 パター 白花豆&白いんげんペースト 小麦粉 油	牛乳 ベーコン 鶏肉 牛乳 生クリーム ハム	玉ねぎ にんじん コーン しめじ グリンピース キャベツ にんじん ピーマン	鶏がら コンソメ 塩 コショウ コンソメ 塩 コショウ
26日 (金)	豚肉のしょうが炒め 若竹汁 ちりめんキャベツ	精白米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 砂糖 すりごま	牛乳 豚肉 生わかめ かまぼこ ちりめんじゃこ	土しょうが 玉ねぎ たけのこ 青ねぎ キャベツ たくあん	塩 コショウ みりん こいロしょうゆ うすロしょうゆ みりん 塩 削り節 こいロしょうゆ みりん
30日 (火)	鶏そぼろごはん 豆乳みそ汁 ミニフィッシュ	精白米 油 砂糖	牛乳 鶏ひき肉 うすあげ 豆乳 みそ ミニフィッシュ	土しょうが グリンピース 白菜 大根 にんじん しめじ 三つ葉	みりん 塩 こいロしょうゆ 削り節

- ※ 牛乳はつきません。
- ※ 誤嚥・窒息事故防止のため、「節分の大豆のような乾いたナッツ、豆類、アーモンド、ミニカップゼリー」は提供しません。
- ※ 「うずら卵、餅、白玉団子」が入っている場合は、これらが可能な限り入らないように配食します。

今月の栄養価(小学校中学年)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	ナトリウム (食塩相当量) (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)
今月平均	644	25.7	21.0	2.4	322	79	2.0	230	0.52	0.58	26	3.8
文科省基準	650	21~33	14~22	2.0 未満	350	50	3.0	200	0.40	0.40	25	4.5 以上