



4月 予定献立表 (15回)



日	曜日	献立名	材 料 名						エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	食塩 [g]
			1群 魚肉卵豆、豆製品	2群 牛乳乳製品 小魚海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 穀類 いも類 砂糖	6群 油脂				
9	火	豚丼(ごはん) 牛乳 小松菜サラダ	豚肉 なると ツナ	牛乳	こまつな	生姜 たまねぎ キャベツ しらたき	ごはん 砂糖	油 れんご油	816	31.5	25.2	2.1
10	水	二中ツヤツヤ麺 牛乳 いかくんサラダ マーラーカオ	豚肉 味噌 いかくん製	牛乳	にんじん ブロッコリー	ねぎ しいたけ しょうが にんにく 大根 セロリ	中華麺 砂糖 マーラーカオ	油 ごま油 れんご油	833	35.9	26.6	3.1
11	木	ごはん 牛乳 ハンバーグ・きのこソース 味噌汁	鶏肉 (ハンバーグ) 豆腐 みそ	牛乳 わかめ	にんじん	しめじ マッシュルーム 大根 ねぎ	ごはん 砂糖 じゃがいも	油	789	28.4	22.0	2.7
12	金	赤飯・ごま塩 牛乳 赤飯・ごま塩 いちごゼリー	豚肉 みそ	牛乳	にんじん	ごぼう たまねぎ 大根 ねぎしめじ 根生姜 白菜 もやし ｺｰﾝ	赤飯 砂糖 じゃがいも すいとん	ごま	783	22.5	20.7	3.0
15	月	きなこ揚げパン 牛乳 鉄骨サラダ ワンタンスープ	豚肉 なると きなこ	牛乳 チーズ	にんじん こまつな	もやし ねぎ 大根	パン 砂糖 ワンタン	油 ごま ごま油	793	31.8	28.0	3.3
16	火	ごはん 牛乳 カレーコロッケ チンゲン菜のごまあえ つみれ汁	つみれ 豆腐 みそ かまぼこ	牛乳	にんじん ブロッコリー	ねぎ もやし	麦ごはん じゃがいも 砂糖	油 ごま	808	25.9	21.7	2.6
17	水	食パン 牛乳 鶏肉ときのこのトマトソース ニョッキ コールスローサラダ	ベーコン 鶏肉	牛乳	トマト にんじん	にんにく たまねぎ しめじ エリンギ キャベツ	パン 砂糖 ニョッキ	油 れんご油	808	32.2	26.4	3.0
18	木	ごはん 牛乳 肉じゃが お浸し	いわし 豚肉 生揚げ	牛乳	にんじん ブロッコリー	キャベツ もやし	ごはん 砂糖 じゃがいも	油 ごま	821	33.7	23.9	2.7
19	金	麦ごはん シヨア チキンカレー 小魚サラダ	鶏肉	牛乳 小魚	にんじん こまつな	根生姜 にんにく たまねぎ キャベツ ｺｰﾝ	発芽米ごはん じゃがいも 砂糖	油 ごま	824	27.0	21.3	2.3
22	月	コッペパン メープル&マーガリン 牛乳 クリームシチュー チップスサラダ	鶏肉 ベーコン	牛乳 生クリーム	にんじん パプリカ	たまねぎ コーン キャベツ	パン 砂糖 じゃがいも トフィー	油 れんご油	815	30.2	27.4	3.0
23	火	とりめし(麦ごはん) 牛乳 野菜のマネズ和え こしね汁 ヨーグルト	鶏肉 豚肉 ツナ 豆腐 油揚げ	牛乳 ヨーグルト	にんじん こまつな	生姜 ねぎ しいたけ ごぼう キャベツ しらたき	麦ごはん 砂糖 じゃがいも	油 ごま油 マネズ	827	32.3	28.5	3.2
24	水	背割りパン 牛乳 焼きそば 杏仁豆腐	豚肉	牛乳 小魚 青のり	にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ もやし しいたけ みかん パイン	パン 砂糖 やきそば麺	油	808	31.5	20.2	3.1
25	木	わかめごはん 牛乳 いわしの梅煮 豚汁 おひたし	豚肉 豆腐 いわし 味噌	牛乳 わかめ	にんじん	大根 ごぼう ねぎ はくさい もやし	ごはん ｺｰﾝ さといも じゃがいも	油	821	28.4	25.9	3.0
26	金	麦ごはん 牛乳 鯖の味噌煮 切り干し大根の炒め煮 なめこ汁	鯖 味噌 豆腐 さつま揚げ	牛乳	にんじん	だいこん なめこ ねぎ しらたき	発芽米ごはん 砂糖	油	800	31.7	24.8	3.0
30	火	ごはん 牛乳 肉団子(2こ) 梅の香りサラダ 田舎汁	肉団子 みそ 生揚げ	牛乳	にんじん	しめじ しいたけ 大根 ごぼう ねぎ 秋間の梅	麦ごはん 砂糖 すいとん	油 ごま	828	24.4	21.3	2.9

期間平均	812	30.1	24.2	2.8
基準値	830	34.0	23.5	2.5

☆規則正しい生活を☆



※食材料購入の都合により献立に変更が生じる場合もあります。

※給食費無料化対象外の人の給食費引き落としは
5月27日(月)《4、5月分引き落としです。》

★大星HPに給食を紹介しています★



☆ ご入学・ご進級おめでとうございます。 ☆
「食」とは、人を良くする と書きます。
「食」を通して、みなさんに♡笑顔♡をお届けします。
おいしい・楽しい 給食 をお届けします。 給食室一同

