



4月 予定献立表

今月の給食
ピックアップ!!

10日：入学・進級 お祝い献立

入学・進級を祝って、お赤飯、紅白白玉を提供します。

14日：旬のみそ汁（新玉ねぎ）

15日：ピースご飯、新じゃが芋と鶏肉の煮物

25日：たけのご飯

旬の食べ物を
取りいれます。

日	主食	牛乳	おかず	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	エネルギー		
							たんぱく質	脂質 食塩相当量	
10木	赤飯 入学・進級 お祝い献立	○	厚揚げと豚肉のカレー炒め 若竹汁 紅白団子（みたらし）	豚肉、かまぼこ、生揚げ、鶏肉	◎学乳、カットわかめ	アルファ化米（赤飯）、でんぷん、ふ、白玉団、砂糖	★黒いりごま、油	ピーマン、にんじん 玉葱、たけのこ、ねぎ、えのきたけ	819 kcal 31.7 g 22.8 g 3.0 g
11金	ビスキュイパン	○	コーンシチュー 和風サラダ	鶏肉	◎学乳、◎調理用牛乳（学乳）、◎生クリーム（学乳）、わかめ	◎コッペパン、砂糖、小麦粉、じゃがいも、しらたき	◎バター、油、ごま油	にんじん、パセリ 玉葱、ぶなしめじ、ホールコーン、クリームコーン、キャベツ、もやし	769 kcal 25.9 g 32.9 g 3.0 g
14月	ごはん	○	和風豆腐ハンバーグ じゃこもやしサラダ 旬のみそ汁（新たまねぎ）	豚肉、豚レバー、鶏肉、大豆の華、木綿豆腐、たまご、生揚げ、白みそ、赤みそ	◎学乳、芽ひじき、ちりめん、わかめ	米、パン粉、砂糖	油	にんじん、こまつな ねぎ、玉葱、干し椎茸、キャベツ、もやし、きゅうり、だいこん	724 kcal 32.0 g 22.5 g 2.6 g
15火	ピースご飯	○	新じゃが芋と鶏肉の煮物 パリパリサラダ	鶏肉、●うずら卵水煮、生揚げ	◎学乳	米、もち米、じゃがいも、こんにゃく、砂糖、でんぷん、ワンタンの皮	油、ごま油	にんじん グリーンピース、玉葱、たけのこ、干し椎茸、しょうが、キャベツ、もやし、きゅうり、	819 kcal 28.6 g 30.2 g 2.6 g
16水	焼きカレーパン	○	スープ煮 果物（パイナップル）	大豆、豚肉、豚レバー、ベーコン、●うずら卵水煮	◎学乳	◎無塩パン、小麦粉、パン粉、じゃがいも	油、◎バター	にんじん、だいこん 玉葱、しょうが、にんにく、キャベツ、だいこん、セロリー、パイナップル	771 kcal 35.0 g 29.4 g 2.3 g
17木	ごはん	○	のりの佃煮 魚のねぎみそ焼き 切り干し大根の含め煮 けんちん汁	さば、赤みそ、油揚げ、生揚げ	◎学乳、ほしのり	米、砂糖、こんにゃく	ごま油、★白いりごま	にんじん しょうが、長ねぎ、切り干しだいこん、干し椎茸、だいこん、ごぼう	760 kcal 34.0 g 28.8 g 2.7 g
18金	青菜の塩焼きそば 野菜もりもりデー	○	レバポテビーンズ 白菜とベーコンのスープ	豚肉、★いか、★むきえび、豚肝臓、大豆、ベーコン	◎学乳	蒸し中華めん、でんぷん、じゃがいも、砂糖	油、ごま油、★白いりごま	にんじん、こまつな キャベツ、干し椎茸、もやし、玉葱、にんにく、しょうが、はくさい	832 kcal 40.7 g 33.0 g 3.8 g
21月	フレンチトースト	○	ポークシチュー ツナとキャベツのサラダ	たまご、豚小間、ツナ オイル漬け	◎学乳、◎調理用牛乳（学乳）	◎食パン、砂糖、じゃがいも、小麦粉	油	にんじん、トマト缶詰 にんにく、しょうが、玉葱、ぶなしめじ、グリーンピース、キャベツ、もやし、きゅうり	712 kcal 30.2 g 31.7 g 2.7 g
22火	麻婆豆腐丼	○	スパイシーミックス 卵スープ	豚肉、豚レバー、木綿豆腐、赤みそ、ひよこまめ、大豆、ベーコン、●たまご、★テンメンジャン	◎学乳	米、米粒麦、砂糖、でんぷん、じゃがいも	油、ごま油	にんじん、にら、こまつな しょうが、にんにく、ねぎ、玉葱、干し椎茸、たけのこ	812 kcal 34.9 g 27.6 g 2.9 g
23水	ごはん	○	お好み焼き風卵焼き 竹輪のあえ物 みそ汁	木綿豆腐、鶏肉、たまご、焼き竹輪、生揚げ、白みそ、赤みそ	◎学乳、あおのり、カットわかめ	米、砂糖、はちみつ	油	にんじん、こまつな キャベツ、干し椎茸、もやし、だいこん、えのきたけ、玉葱	703 kcal 30.7 g 21.5 g 2.8 g
24木	ミートソースパゲッティ	○	野菜スープ りんごサイダーゼリー	豚肉、豚レバー、大豆、ベーコン	◎学乳、◎粉チーズ、パールアガー	スパゲッティ、小麦粉、砂糖	油	にんじん、トマト缶詰、こまつな 玉葱、にんにく、セロリー、キャベツ、りんごジュース	704 kcal 29.5 g 22.3 g 3.2 g
25金	たけのご飯 野菜の日	○	魚の竜田揚げ ごま和え みそ汁	油揚げ、もうかさめ、白みそ、赤みそ	◎学乳	米、もち米、砂糖、でんぷん、小麦粉、じゃがいも	★白いりごま、★白すりごま	にんじん、こまつな たけのこ、しょうが、もやし、キャベツ、だいこん、えのきたけ	711 kcal 28.8 g 27.8 g 2.9 g
28月	鶏ごぼうピラフ	○	こまいのかりんとうがらめ 白菜のクリームスープ	鶏肉、こまい、ベーコン	◎学乳、◎調理用牛乳（学乳）、◎生クリーム（学乳）	米、米粒麦、でんぷん、米粉、小麦粉、砂糖	◎バター、油	にんじん、ピーマン しょうが、ごぼう、ぶなしめじ、はくさい、にんにく、玉葱	732 kcal 33.3 g 26.6 g 2.7 g
30水	黒砂糖パン	○	さわらのトマトチーズ焼き チーズ入りポテトサラダ トマトとたまごのスープ	さわら、ベーコン、●たまご	◎学乳、◎ピザチーズ、◎サラダチーズ、◎粉チーズ	◎黒砂糖パン、パン粉、じゃがいも、砂糖	油	トマト缶詰、にんじん、こまつな にんにく、きゅうり、ホールコーン、玉葱	716 kcal 39.1 g 32.0 g 3.1 g

* 食材の仕入れ、学校行事などにより、献立を変更することがあります。
* アレルギー食品には記号（◎・★・●）を表示しています。



今月の給食目標

給食の配膳の基本を知ろう

正しい位置に配膳できていますか？



ごはんは左側

汁物は右側

お箸は、箸先を左に向けて手前に置きます。

お箸は、「つまむ・切る・はさむ・すくう・くるむ・混ぜる」と様々な役割を担っている便利な食具です。正しく持って、きれいに食べましょう。

はしの正しい持ち方

