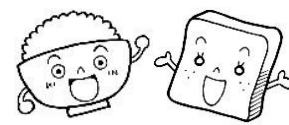




令和5年4月給食献立表



日 曜	主食・主菜	副菜・デザート	牛乳	血や肉になる食品	熱や力になる食品	体の調子を整える食品	ひとこと
7 金	ごはん サバの香味焼き	田舎汁 もやしのサラダ	○ 油あげ 牛乳	サバ みそ	米 麦 油 じゃが芋	しょうが にんにく 長ねぎ ごぼう にんじん だいこん もやし きゅうり	◇1年生の給食開始は、 10日(月)です。 7日は、御家庭で夕食 の用意をお願いします。
10 月	チキンカレーライス 1年生給食開始	フルーツジュレ	○ 牛乳	とりにく	米 麦 油 じゃが芋 米粉 さとう	しょうが にんにく セロリ 玉ねぎ にんじん おうとう缶 みかん缶 りんご	<p>今月の給食目標</p>
11 火	マーボー豆腐丼 ちゅうごくの料理	はるさめサラダ	○ 牛乳	ぶたにく こんぶ とうふ みそ	米 麦 油 はるさめ かたくり粉	しょうが にんにく コーン 玉ねぎ にんじん 長ねぎ なら もやし きゅうり きゃべつ	
12 水	スパゲッティ ミートソース	のりしおポテト	○ 牛乳	ぶたにく ベーコン レンズ豆 あおのり	スパゲッティ じゃが芋 米粉 油	しょうが にんにく セロリ 玉ねぎ にんじん トマト缶 パセリ マッシュルーム	<p>★楽しい給食に しよう</p> <p>低学年 じゅんぴやあとかた づけをおぼえ、たの しくたべよう</p> <p>中学年 協力してじゅんぴや 後かたづけをし、楽 しくたべよう</p> <p>高学年 手際よく準備や後片 付けをし、楽しく食 べよう</p>
13 木	きじやき丼	けんちん汁	○ 牛乳	とりにく 油あげ のり	米 麦 油 じゃが芋 かたくり粉	しょうが ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ	
14 金	ガーリックトースト コーンシチュー	くだもの	○ 牛乳 生クリーム	とりにく てぼう豆 豆乳	コッペパン 油 じゃが芋 米粉 バター	にんにく 玉ねぎ にんじん マッシュルーム コーン ブロッコリー パセリ くだもの	
17 月	こぎつねごはん にくじゃが	とりにくとやさいの 和風サラダ	○ 牛乳	とりにく ぶたにく 油あげ のり	米 麦 油 じゃが芋 もち米 さとう	しょうが ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ	
18 火	コーンピラフ バーベキューチキン 4年生 えんそく	トマトスープ りんごゼリー	○ 牛乳	とりにく ベーコン ぶたにく ひよこ豆	米 麦 油 じゃが芋 さとう	しょうが にんにく せり ｺｰﾝ 玉ねぎ にんじん りんごｼﾞｬｰｽ きゃべつ ﾋﾞｰﾝ ﾄﾓﾄ缶 ﾏｯｼﾞﾙｰﾑ	
19 水	五目あんかけそば 3年生 えんそく	きなこ豆	○ 牛乳	ぶたにく ちくわ 大豆 きなこ	ちゅうかめん さとう 油 かたくり粉	しょうが にんにく 玉ねぎ はくさい しいたけ ちんげんさい	「きなこ豆」は、揚げ た大豆に甘いきなこを まぶしたものです。 スナックのようにさ くさくしています。
20 木	すきやき丼 3年生 えんそく	じゃが芋のみそ汁 くだもの	○ 牛乳	ぶたにく わかめ とうふ 油あげ みそ	米 麦 油 じゃが芋 さとう	しょうが にんじん 玉ねぎ ごぼう しめじ 長ねぎ しいたけ くだもの	<p>牛乳容器 リニューアル</p> <p>以前より、手で容器を開 けやすく改良され、ストロ ー無しでも飲みやすく、片 づけやすくなりました。給 食では、引き続きストロ ーの配布も継続し、ストロ ーを使用してもしなくても飲 むことができます。</p>
21 金	ごまわかめごはん ちくわのいそべあげ	ワンタンスープ ごまあえ	○ 牛乳	ぶたにく ちくわ わかめ あおのり	米 麦 油 ワンタンの皮 こむぎ粉 ごま	しょうが にんじん だいこん もやし 長ねぎ ちんげんさい きゃべつ こまつな	
24 月	こくとうパン マカロニグラタン	やさいスープ	○ 牛乳 生クリーム チーズ	とりにく ベーコン てぼう豆 豆乳	こくとうパン じゃが芋 マカロニ 米粉 油	玉ねぎ にんじん コーン きゃべつ マッシュルーム パセリ	
25 火	プルコギ丼 かんこくの料理	はるさめスープ くだもの	○ 牛乳	ぶたにく ベーコン とりにく とうふ	米 麦 油 はるさめ	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん もやし なら ちんげんさい くだもの	
26 水	ごはん 魚のネギソース	はるの味 わかたけ汁 だいこんサラダ	○ 牛乳	ホキ とりにく とうふ わかめ	米 麦 油 かたくり粉	しょうが 長ねぎ にんじん だいこん きゅうり たけのこ	◇果物は、季節のものを 使用します。
27 木	こうや豆腐のそぼろ丼	豆とん汁 いそあえ	○ 牛乳 大豆 みそ	とりにく ぶたにく こうや豆腐 油あげ	米 麦 油 じゃが芋	しょうが にんじん 玉ねぎ さやいんげん ごぼう だいこん 長ねぎ きゃべつ こまつな	◇給食の回数 16回 ◇今月の平均栄養価 エネルギー 600kcal たんぱく質 23.7g カルシウム 309mg 食塩相当量 2.2g
28 金	シナモントースト ポークシチュー	クルトンサラダ	○ 牛乳	ぶたにく ベーコン きんとき豆	しょくパン じゃが芋 油 さとう バター こめ粉	しょうが にんにく セロリ 玉ねぎ にんじん ﾄﾓﾄ缶 きゃべつ ﾏｯｼﾞﾙｰﾑ ｺｰﾝ ﾋﾞｰﾝ きゅうり	
5/1 (月)	つくね丼	いなか汁 かいそうサラダ	○ 牛乳	とりにく のり 油あげ みそ かいそう	米 麦 油 じゃが芋 パン粉 かたくり粉	しょうが 玉ねぎ ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ きゃべつ きゅうり コーン	5月の献立表は 5月1日に配布します。