

# 4月分 学校給食献立表

○ 小松島産の食材

日 曜	献立名	食 品 名			熱量 kcal	
		血やきん肉やほねをつくる(赤)	ねつやカのもとになる(黄)	体のちようしをととのえる(緑)		
11 火	(ごはん) おやこどんぶり そくせきづけ	とりにく たまご かまぼこ こんぶ きゅうにゅう	さとう <u>こめ</u>	にんじん たまねぎ <u>ほししいたけ</u> きょうねぎ キャベツ <u>きゅうり</u>	565	
12 水	(しょくパン 2まい) セルフコロッケサンド (コロッケ・キャベツ・ケチャップソース) コンソメスープ	コロッケ ベーコン ぎゅうにゅう	あぶら しょくパン	キャベツ たまねぎ にんじん こまつな しめじ コーン	576	
13 木	ごはん いわしのおかか きゅうりのカリカリあえ くわわかめのきんぴら	いわしのおかか わかめ ぎゅうにく あぶらあげ えだまめ きゅうにゅう	さとう あぶら <u>こめ</u>	<u>きゅうり</u> うめ ごぼう こんにゃく にんじん	599	
14 金	こめこ こめこ コッペパン	スパゲティミートソース ツナサラダ	ぎゅうにく ぶたにく まぐろみずく きゅうにゅう	スパゲティ あぶら <u>こめこパン</u>	たまねぎ にんじん しめじ ピーマン にんにく トマトピューレ キャベツ <u>きゅうり</u> コーン	598
17 月	(ごはん) カレーライス フルーツカクテル	とりにく スキムミルク ぎゅうにゅう	じゃがいも あぶら カレールウ ゼリー <u>こめ</u>	たまねぎ にんじん しょうが にんにく みかん バイン おうとう	646	
18 火	ごはん わふうハンバーグ ぐだくさんみそしる	ハンバーグ とうふ あぶらあげ わかめ みそ ぎゅうにゅう	さとう ごま <u>こめ</u>	たまねぎ しょうが はくさい にんじん <u>ほししいたけ</u>	624	
19 水	こめこ コッペパン	オムレツ ほうれんそうとベーコンのソテー パンブキンポタージュ	オムレツ ベーコン とりにく ぎゅうにゅう	あぶら こめこ バター <u>こめこパン</u>	ほうれんそう かぼちゃ たまねぎ にんじん パセリ	556
20 木	ごはん マーボー豆腐 パンパンジー	とうふ ぶたにく レンズまめ えだまめ みそ ささみ ぎゅうにゅう	さとう あぶら でんぶん <u>こめ</u>	たまねぎ にんじん たけのこ <u>ほししいたけ</u> しょうが にんにく <u>きゅうり</u> コーン	611	
21 金	こめこ コッペパン	しろみざかなのレモンふうみ やさいスープ おいわいクレープ	さわら ベーコン ぎゅうにゅう	でんぶん あぶら さとう クレープ <u>こめこパン</u>	レモン キャベツ にんじん たまねぎ こまつな コーン	656
24 月	ごはん ホイコウロウ コーンしゅうまい	ぶたにく みそ コーンしゅうまい ぎゅうにゅう	さとう でんぶん <u>こめ</u>	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン きくらげ しょうが にんにく	620	
25 火	ごはん ますのしおやき ごまあえ やさいとだいずのいそに	ますのしおやき ちくわ とりにく だいず ひじき ぎゅうにゅう	ごま さとう じゃがいも <u>こめ</u>	こまつな はくさい にんじん こんにゃく さやいんげん	587	
26 水	こめこ こめこ こくとう コッペパン	やきうどん アスパラサラダ	ぶたにく いか カツてん かつおぶし ハム えだまめ ぎゅうにゅう	うどん あぶら <u>こくとうコッペパン</u>	キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ アスパラガス <u>きゅうり</u> コーン	619
27 木	ごはん じゃがいものうまに きりほしだいこんのさんばいす	とりにく えだまめ <u>ちりめん</u> ぎゅうにゅう	じゃがいも さとう あぶら ごま <u>こめ</u>	にんじん こんにゃく たまねぎ しょうが きりほしだいこん <u>きゅうり</u>	570	
28 金	こめこ コッペパン	いかのかりんあげ ちゅうかスープ チョコだいずペースト	いか ぶたにく ぎゅうにゅう	でんぶん あぶら チョコだいずペースト <u>こめこパン</u>	しょうが はくさい たまねぎ にんじん コーン こまつな きくらげ	570

※牛乳は毎回つきます。

※材料等の都合により、献立を変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

※今月は、19日が「食育の日」の献立になっています。

※1年生は、4/17より給食が始まります。