

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)	ねつや力のもとになる(黄)	体のちようしをととのえる(緑)	
11	月	ごはん にくじゃが ちりめんとかかめのすのもの	ぶたにく えだまめ わかめ(ちりめん) ぎゅうにゅう	じゃがいも さとう あぶら ごま(こめ)	たまねぎ にんじん こんにゃく きゅうり	611
12	火	ごはん さんまのすだちおろしに きゅうりのゆかりあえ ひじきのいために	さんまのすだちおろしに とりにく ひじき あぶらあげ だいず ぎゅうにゅう	あぶら さとう (こめ)	きゅうり ゆかり さやいんげん にんじん たまねぎ こんにゃく	611
13	水	(しょくパン 2まい) セルフエビカツサンド エビカツ・キャベツ クチャップソース こまつなのこめこシチュー	エビカツ とりにく スキムミルク ぎゅうにゅう	あぶら マカロコ(こめ) バター しょくパン	キャベツ たまねぎ にんじん こまつな コーン しめじ	648
14	木	ごはん ごもくあつやきたまご とさあえ たけのこいりきんぴら プリン	ごもくあつやきたまご かつおぶし ぎゅうにく さつまあげ えだまめ ぎゅうにゅう	さとう ごまあぶら プリン(こめ)	はくさい にんじん たけのこ ごぼう こんにゃく	654
15	金	こめこ コッペパン ハンバーグきのこソース やさいのスープに	ハンバーグ ぶたにく ぎゅうにゅう	さとう じゃがいも (こめこパン)	たまねぎ しめじ えのきだけ トマトピューレ にんじん コーン キャベツ	619
18	月	ごはん こうやどうふのたまごとじ ひじきのすだちずあえ	こうやどうふ とりにく えだまめ たまご ひじき ちくわ(ちりめん) ぎゅうにゅう	さとう ごま(こめ)	たまねぎ にんじん(ほししいたけ) きゅうり すだちず	621
19	火	ごはん さわらのたつたあげ ミニトマト さわにわん	さわら ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	でんぷん あぶら (こめ)	しょうが(ミニトマト) ごぼう こんにゃく だいこん にんじん (ほししいたけ) こまつな	606
20	水	こめこ コッペパン ポークビーンズ さんしょくサラダ おいわいゼリー	ぶたにく だいず ハム ぎゅうにゅう	じゃがいも バター さとう おいわいゼリー ドレッシング(こめこパン)	にんじん たまねぎ パセリ にんにく キャベツ きゅうり コーン	611
21	木	ごはん やきにく てづくりぶりかけ	ぎゅうにく ぶたにく みそ (ちりめん) かつおぶし こんぶ ぎゅうにゅう	あぶら さとう ごま ごまあぶら(こめ)	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン ヤングコーン にんにく りんご	642
22	金	こめこ コッペパン チキンチキンごぼう ちゅうかふうコーンスープ	とりにく ベーコン たまご ぎゅうにゅう	でんぷん あぶら さとう ごま(こめこパン)	ごぼう コーン えのきだけ たまねぎ にんじん こまつな	588
25	月	(ごはん) カレーライス フルーツカクテル ふくじんづけ	とりにく えだまめ 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 (こめ)	たまねぎ にんじん しょうが にんにく みかん パイン おうとう ふくじんづけ	668
26	火	ごはん さばのしょうがに とうふのみそしる	さば とうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	さとう(こめ)	しょうが たまねぎ ごぼう だいこん にんじん(ほししいたけ) こまつな	660
27	水	こがたこめこ ココア 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 チーズ まくろみずに ぎゅうにゅう	スパゲティ あぶら ドレッシング(こめこココアパン)	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(きゅうり) コーン	642
28	木	ごはん はっぽうさい れんこんのはさみあげ	ぶたにく いか えび うずらたまご れんこんのはさみあげ ぎゅうにゅう	でんぷん あぶら(こめ)	たけのこ はくさい にんじん たまねぎ きくらげ チンゲンサイ しょうが	634
29	金	かん い きゅうしょく <簡易給食> カレーパン、クロワッサン、あおりんごゼリー、ぎゅうにゅう				

※牛乳は毎回つきます。

※学校給食摂取基準 熱量 小学校・・・650kcal

※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。

※1年生は、4/15(金)より給食が始まります。

※今月は、19日が「食育の日」の献立になってます。