

4月 こんだて予定表

日曜日	献立名			主な材料名			エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g) カルシウム (mg)
	主食	おかず	牛乳	熱や力になる(黄)	血や肉をつくる(赤)	体の調子を整える(緑)	
10 金	ツナそぼろご飯	豚肉と白滝の炒めもの すまし汁	牛乳	ごはん しろこま なたねあぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ツナ ぶたにく かまぼこ	しらたき たまねぎ にんじん えのきたけ みずな さやえんどう ねしょうが	636 26.9 314
13 月	ごはん	マーボー豆腐 じゃこの炒り煮 ナムル	牛乳	ごはん でんぶん さとう しろこま なたねあぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく あかみそ ちりめんじゃこ	もやし ながねぎ こまつな にんじん にら ほししいたけ ねしょうが にんにく	617 29.4 537
14 火	みそラーメン	じゃが芋のフワフワ揚げ きゅうりの中華風漬物	牛乳	じゃがいも ぼつとらーめん ホットケーキミックス なたねあぶら ごむぎこ ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ	きゅうり たまねぎ もやし きゃべつ にんじん にら にんにく ねしょうが	626 25.5 295
15 水	フレンチトースト	スパゲティナポリタン 海藻サラダ	牛乳	スパゲティ しょうパン さとう なたねあぶら	ぎゅうにゅう ベーコン たまご エダムパウダー わかめ	たまねぎ きゃべつ にんじん コーン マッシュルーム きゅうり びーまん	623 23.5 322
16 木	たけのこごはん	からあげ 鶏の唐揚げ みそ汁	牛乳	せいはいくまい なたねあぶら でんぶん こめ さとう	ぎゅうにゅう さわら とりにく とうふ あぶらあげ あかみそ しろみそ わかめ	たけのこ にんじん ながねぎ さやえんどう	606 28.8 312
17 金	食パン イチゴジャム	チキンチーズカツ キャベツのソテー ミネストラスープ	牛乳	しょうパン いちごジャム パンこ なたねあぶら ごむぎこ シェルマカロニ オリブ油	ぎゅうにゅう とりにく チーズ ベーコン	きゃべつ たまねぎ にんじん ホールトマト せろり にんにく	666 32.5 354
20 月	黒パン	鶏肉のホワイトシチュー キャロットドレッシングサラダ	牛乳	くろばん じゃがいも ごむぎこ なたねあぶら バター さとう	ぎゅうにゅう とりにく なまクリーム	たまねぎ きゃべつ にんじん きゅうり コーン	637 22.6 357
21 火	チキンライス	ウイナーソーセージ ジュリエヌスープ	牛乳	せいはいくまい パター なたねあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ウイナー ベーコン	きゃべつ たまねぎ にんじん マッシュルーム	615 25.6 266
22 水	鶏南蛮うどん	蒸しパン おひたし	牛乳	ふくろいりじごなうどん ごむぎこ さとう でんぶん バター なたねあぶら	ぎゅうにゅう とりにく たまご あぶらあげ あまなっとう	たまねぎ もやし かきな にんじん ながねぎ	637 24.1 359
23 木	ココアパン	鶏肉と野菜の煮込み 清見オレンジ	牛乳	ついでとばん じゃがいも さとう なたねあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ココア	きよみおれんじ たまねぎ にんじん マッシュルーム	612 21.7 293
24 金	茶友ごはん	イカのかりん揚げ ★ちゃんこ汁	牛乳	せいはいくまい さつまいも でんぶん なたねあぶら こめこ	ぎゅうにゅう いか とりにく あぶらあげ あかみそ しろみそ	たまねぎ きゃべつ にんじん ごぼう だいこん えのきたけ せんちや	607 28.2 302
27 月	カレーライス	華風サラダ	牛乳	ごはん じゃがいも ごむぎこ はるさめ パター なたねあぶら ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく	たまねぎ もやし にんじん きゃべつ ねしょうが にんにく	652 21.7 272
28 火	焼きそば	フルーツポンチ	牛乳	むしちゅうかめん なたねあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく あおさ	きゃべつ もやし たまねぎ りんごかん おうとうかん パイナップル にんじん	615 21.9 293
30 木	赤飯	鶏肉の唐揚げ もすく汁 ピーチゼリー	牛乳	せきはん でんぶん なたねあぶら さとう こめこ しろこま	ぎゅうにゅう とりにく もすく	ももジュース はくとうかん たまねぎ えのきたけ こまつな こなかてん	678 27.6 281
給食回数		《14回》		平均栄養量			631 25.1 326

毎月19日は食育の日
★新メニューになります。
※都合により献立を変更することがあります。

【行事食】
24日(金) 市制60周年記 大相撲入間場所開催に伴う応援献立
30日(木) 入学・進級おめでとう献立



ご入学・ご進級 おめでとうございます。

いよいよ新学期が始まりました。皆さんが楽しみにしている給食は10日(金)からはじまります。

- ★1年生の給食について
10日(金)～17日(金) 給食がありません。
20日(月) 牛乳とパンのみです。
21日(火) 牛乳とチキンライスです。
22日(水) 牛乳と鶏なんばんうどんです。
23日(木) から上記の献立どおりになります。

(但し、1学期の焼きそば、スパゲティの時のパンはつきません。)

保護者様へ
いつも学校給食にご理解いただきありがとうございます。
調理員と一緒に手作りでおいしい給食を作っていきたいと思っております。
今後も引き続きご理解ご協力をお願いします。

栄養士 本多由美
調理員 佐野雄一 黒田由実
菅野由貴 竹内奈緒美

