



平成29年 4月 学校給食予定献立表 (小学校)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
11	火	げんりょうごはん ぎゅうにゅう とりにくのからあげ(2こ) ほうれんそうのごまあえ じゃがいものみそしる	ごはん じゃがいも でんぷん こめこ あぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ みそ とりにく	えのきたけ たまねぎ にんじん ねぎ しょうが にんにく ほうれんそう キャベツ	674
						26.4
12	水	ミニパン ぎゅうにゅう にくだんごのソースに(4こ) ◆ごぼうのマヨネーズソテー チンゲンサイのスープ おいおいデザート	パン さとう マヨネーズ ごま でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく	はくさい にんじん しょうが ほししいたけ チンゲンサイ ごぼう キャベツ たまねぎ いちご	680
						27.3
13	木	カレーライス ぎゅうにゅう むしシューマイ(2こ) はんさんすう	ごはん じゃがいも あぶら はるさめ こむぎこ さとう ごまあぶら パンこ でんぷん	ぎゅうにゅう ぎゅうにく チキンハム ぶたにく	たまねぎ にんじん にんにく さやいんげん しょうが きゅうり もやし	685
						23.5
14	金	パン ぎゅうにゅう さけのみそマヨネーズやき キャベツとハムのごまあえ ビーフンスープ いちごジャム	パン ビーフン マヨネーズ さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく さけ みそ チキンハム	ほししいたけ たまねぎ ねぎ はくさい にんじん あかピーマン あおピーマン キャベツ チンゲンサイ いちご	617
						28.4
17	月	ごはん ぎゅうにゅう かぼちゃひきにくサンドフライ ◆こまつなのじゃこあえ とうふじる	ごはん あぶら パンこ でんぷん こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ みそ しらすほし ぶたにく	たまねぎ にんじん ねぎ だいこん こまつな もやし かぼちゃ	637
						20.9
18	火	ごはん ぎゅうにゅう さわらのたつたあげ はくさいのあますあえ すましじる ぶりかけ	ごはん ぶ でんぷん あぶら さとう	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ わかめ さわら ポークハム	たまねぎ にんじん ねぎ えのきたけ しょうが はくさい ゆず	633
						27.8
19	水	ミニミニパン ぎゅうにゅう やきそば ウインナーのケチャップソース(2ほん) さんしょくごまあえ	パン ちゅうかめん あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく かつおぶし あおのり ポークウインナー	キャベツ にんじん もやし ねぎ ほうれんそう コーン はくさい	627
						26.3
20	木	そぼろどんぶり ぎゅうにゅう だいこんのみそしる アセロラ・みかんゼリー	ごはん さとう あぶら	ぎゅうにゅう たまご とうふ あぶらあげ みそ とりにく わかめ	だいこん にんじん えのきたけ ねぎ さやいんげん しょうが アセロラ みかん	655
						28.0
21	金	こくとうパン ぎゅうにゅう あじフライ(タルタルソース) もやしのカレーいため じゃがいものスープ	パン くらざとう じゃがいも パンこ あぶら こむぎこ でんぷん	ぎゅうにゅう あじ ベーコン ぶたにく	はくさい にんじん たまねぎ パセリ セロリ もやし ピーマン	600
						24.5
24	月	パン ぎゅうにゅう ハムとポテトのマヨネーズやき もやしとこまつなのナムル ワンタンスープ	パン ワンタンのかわ ごまあぶら あぶら じゃがいも マヨネーズ	ぎゅうにゅう チーズ ポークハム とりにく やきぶた	たまねぎ にんじん はくさい えのきたけ ねぎ パセリ こまつな もやし	628
						24.7
25	火	【太田・龍田】ごはん のりのつくだに 【石海・斑鳩】せきはん ちょうみしお 【全校】ぎゅうにゅう さばのみそに ほうれんそうのおひたし そうめんじる	ごはん ごはん もちこめ そうめん さとう	のり あずき ぎゅうにゅう あぶらあげ さば みそ かつおぶし	たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ ほうれんそう もやし	689
						30.5
26	水	パン ぎゅうにゅう アメリカンドッグ さんしょくあえ ミネストローネ	パン じゃがいも マカロニ こむぎこ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ベーコン だいす ポークフランク かつおぶし	たまねぎ にんじん セロリ パセリ トマト こまつな はくさい コーン	687
						27.7
27	木	【太田・龍田】せきはん ちょうみしお 【石海・斑鳩】ごはん のりのつくだに 【全校】ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ(2こ) キャベツのツナごまあえ とんじる	ごはん もちこめ ごはん こむぎこ あぶら ごま さとう	あずき のり ぎゅうにゅう ぶたにく みそ ツナ とうふ あぶらあげ ちくわ あおのり	だいこん こんにゃく にんじん ねぎ キャベツ ほうれんそう	632
						24.6
28	金	パン ぎゅうにゅう にこみハンバーグ ジャーマンポテト コンソメスープ	パン さとう じゃがいも あぶら でんぷん	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン とりにく	キャベツ にんじん たまねぎ コーン パセリ マッシュルーム グリーンピース	661
						27.6