



平成31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	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	からだをつくる	からだのちょうしをととのえる	エネルギー (kcal)
			(き)	(あか)	(みどり)	たんぱく質 (g)
11	木	なめし ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ (2こ) こまつなのごまあえ キャベツのみそしる おいおいデザート	ごはん こむぎこ	ぎゅうにゅう ちくわ	あおな こまつな はくさい	631
			あぶら ごま さとう	あおのり とうふ あぶらあげ わかめ みそ とうにゅう	にんじん キャベツ もやし しいたけ ねぎ いちご	21.6
12	金	パン ぎゅうにゅう ぶたにくのケチャップいため マカロニサラダ やさしいスープ いちごジャム	パン あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく	たまねぎ ピーマン キャベツ	660
			でんぷん マカロニ マヨネーズ じゃがいも ジャム	チキンハム とりにく	にんじん コーン チンゲンサイ しめじ さやいんげん	27.0
15	月	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのからあげ はるさめサラダ ちゅうかスープ	ごはん でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく	にんにく しょうが キャベツ	666
			あぶら はるさめ さとう ごまあぶら	やきぶた ぶたにく	もやし にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ ねぎ	25.2
16	火	ごはん ぎゅうにゅう がんものふくめに ◆きりほしだいこんのツナごまあえ ぶたじる	ごはん さとう	ぎゅうにゅう ツナ	きりほしだいこん こまつな	666
			ごま じゃがいも	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ くろまめ がんもどき	にんじん ごぼう しいたけ ねぎ	26.3
17	水	パン ぎゅうにゅう さわらのマヨネーズやき キャベツとハムのソテー コーンスープ	パン あぶら	ぎゅうにゅう さわら	たまねぎ パセリ キャベツ	625
			マヨネーズ じゃがいも	ポークハム とりにく	もやし にんじん コーン チンゲンサイ ねぎ	27.8
18	木	カレーライス ぎゅうにゅう ウィンナーとアスパラのソテー ミックスフルーツ	ごはん じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう ぎゅうにく チキンウィンナー	たまねぎ にんじん にんにく さやいんげん しょうが コーン アスパラガス キャベツ もも パイナップル みかん ナタデココ	702
						21.2
19	金	パン ぎゅうにゅう しろみざかなのマリネ ◆ごぼうのマヨネーズソテー ポークビーンズ	パン でんぷん じゃがいも	ぎゅうにゅう ホキ	たまねぎ あおピーマン ごぼう	676
			あぶら さとう マヨネーズ	だいす ぶたにく	あかピーマン レモン キャベツ にんじん パセリ トマト	27.5
22	月	こくとうパン ぎゅうにゅう とりにくのオレンジソースに おんやさいサラダ (ドレッシング) マカロニスープ	パン くらさとう	ぎゅうにゅう とりにく	たまねぎ みかん オレンジ	643
			マーマレード あぶら じゃがいも マカロニ	ベーコン	にんにく アスパラガス コーン キャベツ にんじん さやいんげん	28.3
23	火	【太田・龍田】ごはん ふりかけ	ごはん			682
		【石海・斑鳩】せきはん ちょうみしお	ごはん もちごめ	あずき		
		【全校】ぎゅうにゅう かつおのごまだれ はくさいのあますあえ じゃがいものみそしる	じゃがいも でんぷん あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ みそ かつお チキンハム	えのきたけ たまねぎ にんじん ねぎ はくさい ゆず	31.2
24	水	パン ぎゅうにゅう にこみハンバーグ もやしのカレーいため コンソメスープ	パン じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく	キャベツ にんじん たまねぎ	640
			さとう あぶら でんぷん	ぶたにく ベーコン	コーン パセリ マッシュルーム グリーンピース もやし チンゲンサイ	28.5
25	木	【太田・龍田】せきはん ちょうみしお	ごはん もちごめ	あずき		608
		【石海・斑鳩】ごはん ふりかけ	ごはん			
		【全校】ぎゅうにゅう じゃがいものそぼろに ◆ほうれんそうのじゃこあえ こまけんちんじる	ごま じゃがいも あぶら さとう でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく しらすほし あぶらあげ とうふ さつまあげ	だいこん こんにゃく ごぼう たまねぎ ほうれんそう にんじん しめじ ねぎ しょうが さやいんげん もやし	23.8
26	金	パン ぎゅうにゅう たまねぎコロッケ キャベツのツナあえ かぼちゃのポターージュ	パン じゃがいも	ぎゅうにゅう ベーコン	かぼちゃ たまねぎ にんじん	672
			バター こめこ でんぷん あぶら さとう パンこ こむぎこ	ツナ ぎゅうにく	パセリ キャベツ こまつな	23.1