



## 平成30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	水	パン ぎゅうにゅう にこみハンバーグ ◆ごぼうとチキンのサラダ マカロニスープ	パン マヨネーズ でんぶん さとう マカロニ じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ひじき ベーコン	ごぼう キャベツ コーン にんじん チンゲンサイ たまねぎ さやいんげん	699 28.4
12	木	なめし ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ(2こ) ほうれんそうのおひたし キャベツのみそしる おいおいデザート	ごはん こむぎこ あぶら さとう	ぎゅうにゅう みそ ちくわ あおのり かつおぶし とうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ	ほうれんそう はくさい にんじん もやし しいたけ キャベツ ねぎ あおな いちご	629 22.0
13	金	パン ぎゅうにゅう ウイナーとアスパラのソテー ポークビーンズ まぜまぜゼリー	パン あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう ウイナー だいず ぶたにく	アスパラガス キャベツ コーン たまねぎ にんじん パセリ トマト みかん もも なし ナタデココ	643 25.4
16	月	ごはん ぎゅうにゅう さけのしおやき キャベツのツナごまあえ じゃがいものみそしる	ごはん ごま じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう さけ ツナ あぶらあげ わかめ みそ	キャベツ チンゲンサイ もやし たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	603 27.6
17	火	ごはん ぎゅうにゅう さわらのたつたあげ ◆たけのこのみそに すましじる	ごはん でんぶん あぶら さとう	ぎゅうにゅう さわら ぶたにく みそ とうふ かまぼこ わかめ	しょうが たけのこ にんじん こんにゃく さやいんげん たまねぎ えのきたけ ねぎ	636 26.4
18	水	パン ぎゅうにゅう ぶたにくのケチャップいため おんやさいサラダ(ドレッシング) やさいスープ	パン あぶら でんぶん じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	たまねぎ あおピーマン コーン アスパラガス キャベツ にんじん しめじ さやいんげん	609 26.1
19	木	チキンカレー ぎゅうにゅう だいずのふくろに さんしょくごまあえ	ごはん じゃがいも こむぎこ あぶら でんぶん さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく だいず あぶらあげ	たまねぎ にんじん にんにく さやいんげん しょうが ごぼう しいたけ かんぴょう キャベツ ほうれんそう コーン	700 24.2
20	金	パン ぎゅうにゅう しろみざかなのピザソースやき スパゲティのソテー コンソメスープ いちごジャム	パン あぶら スパゲティ じゃがいも ジャム	ぎゅうにゅう ホキ チーズ ポークハム ぶたにく	たまねぎ マッシュルーム あおピーマン トマト にんじん チンゲンサイ コーン キャベツ パセリ	619 29.0
23	月	パン ぎゅうにゅう ウイナーのカレーいため ジャーマンポテト ワンタンスープ	パン さとう あぶら じゃがいも こむぎこ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ウイナー ベーコン ぶたにく	キャベツ あおピーマン たまねぎ パセリ にんじん もやし えのきたけ ねぎ	616 26.7
24	火	【太田・龍田】ごはん ふりかけ 【石海・斑鳩】せきはん ちょうみしお 【全校】ぎゅうにゅう ◆はくさいのじゃこあえ だいこんとさといものそぼろに ぶたじる	ごはん ごはん もちごめ さといも さとう あぶら でんぶん	あずき ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ みそ しらすほし ぶたにく とうふ あぶらあげ	だいこん にんじん さやいんげん しょうが はくさい ほうれんそう もやし ごぼう ねぎ	639 27.0
25	水	こくとうパン ぎゅうにゅう ささみフライ ◆ごぼうサラダ かぼちゃのポタージュ	パン こくとう こむぎこ パンこ あぶら さとう マヨネーズ ごま バター じゃがいも こめこ	ぎゅうにゅう とりにく ポークハム みそ ベーコン	ごぼう きゅうり コーン かぼちゃ たまねぎ にんじん パセリ	643 25.3
26	木	【太田・龍田】せきはん ちょうみしお 【石海・斑鳩】ごはん ふりかけ 【全校】ぎゅうにゅう かつおのごまだれかけ こまつなのおひたし ゆばのすましじる	ごはん もちごめ ごはん でんぶん あぶら さとう ごま	あずき ぎゅうにゅう かつお とうふ かつおぶし ゆば あぶらあげ	こまつな もやし にんじん たまねぎ しめじ ねぎ	644 29.9
27	金	ミニミニパン ぎゅうにゅう やきそば とりにくのさっぱり(2個) ほうれんそうのツナあえ	パン ちゅうかめん あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく こなかつお あおのり とりにく ツナ	キャベツ にんじん もやし ねぎ にんにく しょうが ほうれんそう はくさい	648 35.4