

2013年

4月分給食献立 (1/3)

ノートルダム学院小学校

日	献立	アレルギー源							おかずの内容			エネルギー		
		卵	乳	小麦	ごま	大豆	落花生	甲殻類	魚介類	血や肉のもとになる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	Kcal	g
9 (火)	黒糖パン									ミルク ベーコン 生クリーム	黒糖パン スパゲティ ホワイトルウ	春きゃべつ マッシュルーム 人参 しめじ 玉ねぎ いちご	673 Kcal 22.0 g 2.0 mg	
	ミルク													
	春きゃべつとベーコンのスパゲティ													
	いちご													
10 (水)	米飯								ミルク 鶏肉 卵 豚肉	米飯 片栗粉 ごま さくらゼリー	玉ねぎ 人参 青ねぎ 土生姜 ほうれん草	547 Kcal 25.7 g 3.3 mg		
	ミルク													
	親子丼													
	豚丼													
	ほうれん草のごまあえ													
さくらゼリー														
11 (木)	中華ちまき								ミルク いか 豚肉 うずら卵 えび マンゴープリン	揚げそば 片栗粉 ごま油 もち米 マンゴープリン	白菜 玉ねぎ 人参 もやし 干しいたけ しめじ 青ねぎ たけのこ	671 Kcal 25.2 g 1.6 mg		
	ミルク													
	皿うどん													
	マンゴープリン													
12 (金)	梅しらすご飯								ミルク しらす 鶏肉 白豆腐 卵 油あげ 大豆	米飯 ごま パン粉 やまいも	梅 赤しそ 土生姜 人参 ごぼう 玉ねぎ 切干大根 ひじき 菜の花	676 Kcal 25.7 g 5.1 mg		
	ミルク													
	和風ハンバーグ													
	切干とひじきの煮物													
	菜の花のごまあえ													
花見だんご														
15 (月)	米飯								ミルク 牛肉 チーズ バニラヨーグルト	米飯 じゃがいも カレールウ ゆずしょうゆドレッシング	福神漬 玉ねぎ 人参 グリーンピース ブロッコリー	616 Kcal 23.8 g 1.9 mg		
	福神漬													
	ミルク													
	ビーフカレー													
	ブロッコリーのサラダ													
	ゆずしょうゆドレッシング													
バニラヨーグルト														
16 (火)	米飯								ミルク 豚肉 鶏肉	米飯 青椒肉絲の素 ごま ごま油 焼肉のたれ 春雨 棒々鶏ドレッシング いちごフレッシュゼリー	韓国のり ピーマン もやし たけのこ きゃべつ 人参 きゅうり	600 Kcal 29.5 g 2.2 mg		
	韓国のり													
	ミルク													
	青椒肉絲													
	棒々鶏サラダ													
いちごフレッシュゼリー														

卵 乳 小麦 ごま 大豆 落花生 甲殻類 魚介類

4月分給食献立 (2/3)

日	献立	アレルギー源								おかずの内容			エネルギーKcal 蛋白質g 鉄mg
		卵	乳	小麦	ごま	大豆	落花生	甲殻類	魚介類	血や肉のもとになる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	
17 (水)	豆ご飯									ミルク さば 鮭	米飯 こんにゃく ごま さくら餅	えんどう豆 ごぼう 人参 しめじ たけのこ 枝豆 もやし 土生姜	690 Kcal 32.5 g 2.7 mg
	ミルク												
	さばの生姜煮												
	鮭の塩焼												
	野菜の煮物												
	もやしのごまあえ												
さくら餅													
18 (木)	ブリオッシュパン								ミルク 豚肉 チーズ	ブリオッシュパン ペンネ ハヤシルゥ デミグラスソース ごましょうゆドレッシング みかんゼリー	玉ねぎ 人参 トマトピューレ トマトケチャップ ブロccoliリー カリフラワー	646 Kcal 26.6 g 2.5 mg	
	ミルク												
	ポロネーゼペンネ												
	ブロッコリーとカリフラワーのサラダ												
	ごましょうゆドレッシング												
	みかんゼリー												
19 (金)	ちらし寿司								豚肉 油あげ 白豆腐 みそ ちりめんじゃこ 卵	寿司飯 さといも ごま油 白ぶどう&キャベツジュース	人参 たけのこ れんこん かんぴょう 干しいたけ 青ねぎ 寿司生姜 味付のり 大根 春きゃべつ	469 Kcal 19.3 g 2.3 mg	
	寿司生姜												
	味付のり												
	錦糸卵												
	豚汁												
	春きゃべつとじゃこのおひたし												
白ぶどう&キャベツジュース													
22 (月)	米飯								豚肉 卵 豆板醤 杏仁寒天	米飯 ごま油 ごま 棒々鶏ソース 麻婆豆腐の素 杏仁寒天	にんにく 土生姜 ぜんまい ほうれん草 もやし 人参 青ねぎ わかめ みかん缶 バナナ缶 黄桃缶 白桃缶 甘夏缶	440 Kcal 19.8 g 2.9 mg	
	ピビンバ丼												
	中華卵スープ												
	杏仁フルーツ												
24 (水)	きのこピラフ								ミルク ベーコン チーズ 牛肉 鶏肉 プリン	米飯 無塩バター コーン ホワイトルゥ ジャがいも デミグラスソース ハヤシルゥ ゆずしょうゆドレッシング プリン	しめじ しいたけ まいたけ 玉ねぎ 人参 ブロccoliリー カリフラワー トマトケチャップ マッシュルーム ほうれん草	717 Kcal 21.8 g 2.9 mg	
	ミルク												
	ベーコンシチュー												
	ビーフシチュー												
	ポパイサラダ												
	ゆずしょうゆドレッシング												
プリン													
26 (木)	いなり寿司								牛肉 さばぶし 油あげ 卵	寿司飯 ごま うどん 片栗粉 りんごジュース	玉ねぎ にんじん ほうれん草 青ねぎ	631 Kcal 23.4 g 2.6 mg	
	カレーうどん												
	ゆで卵												
	りんごジュース												

卵 乳 小麦 ごま 大豆 落花生 甲殻類 魚介類

4月分給食献立 (3/3)

日	献立	アレルギー源								おかずの内容			エネルギーKcal 蛋白質g 鉄mg
		卵	乳	小麦	ごま	大豆	落花生	甲殻類	魚介類	血や肉のもとになる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	
30 (火)	クロワッサン									ミルク えび 卵 白身魚 ハム	クロワッサン パン粉 小麦粉 サラダ油 ごましょうゆドレッシング フルーツゼリー	きゃべつ ブロccoli 人参 もやし	577 Kcal 27.7 g 1.8 mg
	ミルク												
	えびかつ												
	ハムサラダ												
	ごましょうゆドレッシング												
	フルーツゼリー												
	6年生ブッフェ								えび 白身魚 卵 ハム 豚肉 鶏肉 ミルク 生クリーム チーズ	アlicoベール セサミパン オレンジパン じゃがいも パン粉 小麦粉 マーガリン カレールウ コーン サラダ油	きゃべつ ブロccoli もやし 人参 玉ねぎ トマトケチャップ パセリ マッシュルーム	556 Kcal 25.6 g 2.0 mg	
	アlicoベール												
	セサミパン												
	オレンジパン												
	えびかつ												
	インディアンロールカツ												
	ハムサラダ												
	ごましょうゆドレッシング												
コーンポタージュスープ													
フルーツゼリー													
		卵	乳	小麦	ごま	大豆	落花生	甲殻類	魚介類	栄養平均量		607 Kcal 24.9 g 2.6 mg	

…卵抜きで提供します。