

4月分給食献立 (1/3)

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	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	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						
8 (火)	プリオッシュパン									ミルク ベーコン チーズ 生クリーム	プリオッシュパン スパゲティ ホワイトルゥ さくらゼリー	春きゃべつ たまねぎ にんじん マッシュルーム しめじ ミニトマト	720	Kcal	23.2	g	2.5	mg
	ミルク																	
	春きゃべつとベーコンのスパゲティ																	
	ミニトマト																	
	さくらゼリー																	
9 (水)	他人丼									ミルク 鶏肉 牛肉 卵	米飯 片栗粉 ごま 花見だんご	たまねぎ にんじん 粉山椒 青ねぎ しいたけ ほうれん草	626	Kcal	28.0	g	2.8	mg
	とり丼																	
	ミルク																	
	ほうれん草のごまあえ																	
	花見だんご																	
10 (木)	中華ちまき									ミルク 豚肉 えび うずら卵 いか	揚そば ごま油 片栗粉 中華ちまき マンゴープリン	はくさい たまねぎ 青ねぎ にんじん たけのこ しめじ もやし	671	Kcal	25.5	g	2.2	mg
	ミルク																	
	皿うどん																	
	マンゴープリン																	
11 (金)	米飯									ミルク ふりかけ とりの照煮	米飯 こんにゃく	ごぼう にんじん たけのこ しめじ 枝豆 いちご	532	Kcal	22.5	g	1.9	mg
	ふりかけ																	
	ミルク																	
	とりの照煮																	
	野菜の煮物																	
	いちご																	
14 (月)	ビーフカレーライス									ミルク 牛肉 チーズ バニラヨーグルト	米飯 じゃがいも カレールゥ コーン 和風ドレッシング マヨネーズ	福神漬 たまねぎ にんじん グリーンピース ほうれん草	657	Kcal	24.2	g	2.5	mg
	福神漬																	
	ミルク																	
	ポパイサラダ																	
	バニラヨーグルト																	
15 (火)	ピビンバ丼									ミルク 豚肉 豆板醤 焼きょうざ	米飯 ごま油 ごま 棒々鶏ソース 麻婆豆腐の素 いちごフレッシュゼリー	にんにく 土生姜 ほうれん草 もやし ぜんまい にんじん	594	Kcal	24.8	g	4.0	mg
	ミルク																	
	焼きょうざ																	
	いちごフレッシュゼリー																	

卵 乳 小麦 大豆 ごま 魚介類 落花生 甲殻類

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	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	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
16 (水)	豆ごはん									ミルク 油あげ	豆ごはん 油 ごま	切干大根 ひじき にんじん	691 Kcal 27.0 g 4.2 mg		
	ミルク									大豆 鮭	桜もち	ブロッコリー			
	さばの生姜煮									さばの生姜煮					
	鮭の塩焼														
	切干大根とひじきの煮物														
	ブロッコリーのごまあえ														
	桜もち														
17 (木)	米飯									ミルク 豚肉	米飯 青椒肉絲の素	韓国のり たけのこ ピーマン	545 Kcal 27.6 g 2.3 mg		
	韓国のり										棒々鶏ドレッシング ごま	ほうれん草 にんじん もやし			
	ミルク										ごま油 焼肉のたれ	冷凍みかん			
	青椒肉絲														
	ナムル														
	冷凍みかん														
18 (金)	クロワッサン									ミルク えび いか	クロワッサン リボンパスタ	にんじん しめじ マッシュルーム	573 Kcal 29.9 g 2.1 mg		
	ミルク									貝柱 チーズ	コーン じゃがいも	たまねぎ ブロッコリー			
	シーフードクリームシチュー										ホワイトルゥ	いちご			
	いちご														
21 (月)	ちらし寿司									豚肉 白豆腐	ちらし寿司 さといも	味付のり にんじん だいこん	514 Kcal 21.3 g 2.2 mg		
	味付のり									油あげ 信州みそ	ごま油	青ねぎ 春きゃべつ			
	錦糸卵									錦糸卵					
	豚汁									ちりめんじゃこ					
	春きゃべつとじゃこのおひたし									ジョア(いちご)					
	ジョア(いちご)														
22 (火)	黒糖パン									ミルク 豚肉	黒糖パン ペンネ	たまねぎ にんじん トマトピューレ	654 Kcal 26.1 g 3.8 mg		
	ミルク									チーズ	デミグラスソース ハヤシルゥ	トマトケチャップ きゅうり きゃべつ			
	ポロネーゼペンネ										ゆずしょうゆドレッシング	ブロッコリー アスパラ			
	グリーンサラダ										ブルーベリークレープ				
	ゆずしょうゆドレッシング														
	ブルーベリークレープ														
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類						

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	
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	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	蛋白質 g	Kcal mg
23 (水)	親子丼									ミルク 鶏肉 豚肉	米飯 片栗粉 ごま	たまねぎ にんじん 青ねぎ	654 29.4 2.7	Kcal g mg
	豚丼								卵 焼プリン	焼プリン	土生姜 三度豆			
	ミルク													
	三度豆のごまあえ													
	焼プリン													
28 (月)	はちみつレモンパン									ミルク ハム	はちみつレモンパン	ブロッコリー きゃべつ ごぼう	813 33.9 3.2	Kcal g mg
	ミルク								ローストチキン	スパゲティ	にんじん ミニトマト			
	ローストチキン									ごましょうゆドレッシング				
	スパゲティサラダ									フルーツゼリー				
	ごましょうゆドレッシング													
	ミニトマト													
	フルーツゼリー													
	6年生ブッフェ								ローストチキン	ミニクワッサン バタースティックパン	ブロッコリー きゃべつ ごぼう			
	はちみつレモンパン								ハンバーグ ハム	はちみつレモンパン スパゲティ	にんじん ミニトマト たまねぎ			
	ミニクワッサン								ミルク 生クリーム	パンプキンポタージュベース	パセリ にんにく			
バタースティックパン								チーズ	かぼちゃ					
ローストチキン									ごましょうゆドレッシング					
ハンバーグ									フルーツゼリー					
スパゲティサラダ														
ごましょうゆドレッシング														
ミニトマト														
パンプキンポタージュスープ														
フルーツゼリー														
30 (水)	米飯								ミルク 焼豚 鶏肉	米飯 春雨 ごま ごま油	ゆかり きゃべつ にんじん	552 26.9 2.1	Kcal g mg	
	ゆかり									から揚げ粉 小麦粉 油	もやし いちご			
	ミルク									甘辛だれ ピーナッツ				
	タッカンジョン													
	中華風あえもの													
いちご														
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類					

・・・卵抜きで提供します。

栄養平均量	633 26.5 2.8	Kcal g mg
--------------	--------------------	-----------------