

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	
		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	鉄mg
8 (水)	米飯									ミルク 豚肉 白豆腐 みそ 焼きようざ	米飯 マロニー 麻婆豆腐の素 キムチの素 桜もち	韓国のみ はくさい にんじん しめじ 青ねぎ	715 Kcal 24.3 g 4.1 mg	
	韓国のみ					○								
	ミルク		○											
	キムチ鍋			○	○		○	○						
	焼きようざ	○	○	○	○	○	○							
	桜もち													
9 (木)	クロワッサン	○	○	○	○				ミルク 鶏肉 貝柱 白豆腐 チーズ 生クリーム	クロワッサン じゃがいも ホワイトルウ	たまねぎ にんじん しめじ アスパラ いちご	617 Kcal 28.4 g 1.3 mg		
	ミルク		○											
	貝柱と豆腐のチャウダー		○	○	○		○							
	いちご													
10 (金)	米飯								ミルク ふりかけ 豚の角煮 ちりめんじゃこ	米飯 ごま油 花見だんご	だいこん にんじん しめじ いんげん 春きゃべつ	734 Kcal 21.1 g 1.7 mg		
	ふりかけ	◎		○	○	○	○	○						
	ミルク		○											
	豚バラ大根			○	○									
	春きゃべつとじゃこのおひたし			○	○	○	○	○						
	花見だんご				○									
13 (月)	ビーフカレー		○	○	○			○	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	たまねぎ にんじん グリンピース 春きゃべつ ブロッコリー アスパラ きゅうり 福神漬	653 Kcal 24.2 g 2.2 mg		
	ミルク		○											
	福神漬			○	○									
	グリーンサラダ													
	ゆずしょうゆドレッシング			○	○		○							
	バニラヨーグルト	○	○											
14 (火)	バターうずまきパン		○	○	○				ミルク ベーコン 生クリーム チーズ	バターうずまきパン コーン スパゲティ ホワイトルウ ごましょうゆドレッシング 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 ほうれん草	754 Kcal 23.1 g 2.9 mg		
	ミルク		○											
	春きゃべつとベーコンのスパゲティ	○	○	○	○									
	ポパイサラダ													
	ごましょうゆドレッシング			○	○	○								
15 (水)	豆ごはん								ミルク 油あげ 大豆 さばの生姜煮 鮭	豆ごはん ごま	切干大根 ひじき にんじん もやし きゃべつ ほうれん草 パインアップル	613 Kcal 27.3 g 3.9 mg		
	ミルク		○											
	鮭の塩焼					○								
	さばの生姜煮			○	○		○							
	切干大根とひじきの煮付			○	○		○							
	おひたし			○	○	○								
パインアップル														

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						
		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					
16 (木)	きのこピラフ		○	○	○		○			ミルク えび 貝柱 いか 生クリーム チーズ	きのこピラフ リボンパスタ コーン じゃがいも ホワイトルウ	にんじん たまねぎ しめじ ブロッコリー マッシュルーム いちご	599 22.3 1.8	Kcal g mg					
	ミルク		○																
	シーフードクリームシチュー		○	○	○			○											
	いちご																		
17 (金)	ピビンパ丼			○	○	○	○			豚肉 豆板醤 えびシューマイ 卵 マンゴープリン	米飯 ごま油 ごま 棒々鶏ソース 片栗粉 麻婆豆腐の素	にんにく 土生姜 ぜんまい ほうれん草 もやし にんじん わかめ 青ねぎ	505 23.5 4.8	Kcal g mg					
	えびシューマイ			○	○			○											
	中華スープ	◎		○	○	○													
	マンゴープリン		○		○														
20 (月)	ちらし寿司			○	○		○			豚肉 白豆腐 油あげ みそ 錦糸卵 ジョア(いちご)	ちらし寿司 さといも ごま	味付のり 寿司生姜 だいこん にんじん 青ねぎ 菜の花	487 22.2 2.7	Kcal g mg					
	錦糸卵	○		○	○														
	寿司生姜																		
	味付のり				○			○											
	豚汁			○	○			○											
	菜の花のおひたし			○	○	○													
21 (火)	はちみつレモンパン	○	○	○	○					ミルク ハム ローストチキン	はちみつレモンパン スパゲティ マヨネーズ	ブロッコリー きゃべつ にんじん ごぼう ミニトマト オレンジ	682 30.6 2.0	Kcal g mg					
	ミルク		○																
	ローストチキン			○	○														
	スパゲティサラダ	◎	○	○	○														
	ミニトマト																		
	オレンジ																		
	はちみつレモンパン	○	○	○	○										ハム ローストチキン ミルク 生クリーム ハンバーグ チーズ	はちみつレモンパン パタースティックパン ミニクワッサン スパゲティ マヨネーズ クリームコーン ポタージュベース	ブロッコリー きゃべつ にんじん ごぼう たまねぎ マッシュルーム パセリ にんにく ミニトマト オレンジ	661 23.5 2.0	Kcal g mg
	パタースティックパン	○	○	○	○														
	ミニクワッサン	○	○	○	○														
	ローストチキン			○	○														
ハンバーグ	○	○	○	○															
スパゲティサラダ	◎	○	○	○															
ミニトマト																			
コーンポタージュスープ		○	○	○			○												
オレンジ																			
24 (金)	米飯									ミルク 豚肉 杏仁プリン	米飯 青椒肉絲の素 焼肉のたれ ごま油 ごま 棒々鶏トッピング	韓国のり ピーマン たけのこ ほうれん草 にんじん もやし	579 27.8 3.6	Kcal g mg					
	韓国のり					○													
	ミルク		○																
	青椒肉絲			○	○	○	○												
	ナムル			○	○	○	○												
杏仁プリン		○		○															
		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																			
27 (月)	米飯									ミルク ふりかけ とりの照煮 焼プリン	米飯 こんにゃく ごま	ごぼう にんじん たけのこ 枝豆 しめじ ブロッコリー	635 Kcal 27.3 g 2.4 mg																		
	ふりかけ	◎		○	○	○	○		○																						
	ミルク		○																												
	とりの照煮			○	○																										
	野菜の煮物			○	○		○																								
	ブロッコリーのごまあえ			○	○	○																									
	焼プリン	○	○																												
28 (火)	親子丼	○		○	○		○			ミルク 鶏肉 卵 豚肉 小魚アーモンド	米飯 片栗粉 ごま てりやきのたれ	たまねぎ にんじん 青ねぎ ほうれん草 土生姜	579 Kcal 28.6 g 3.4 mg																		
	豚丼			○	○		○																								
	ミルク		○																												
	ほうれん草のごまあえ			○	○	○																									
	小魚アーモンド						○																								
30 (木)	黒糖パン		○	○						ミルク 豚肉 チーズ フルーツヨーグルト	黒糖パン ペンネ ハヤシルウ デミグラスソース コーン ゆずしょうゆドレッシング	たまねぎ にんじん トマトピューレ トマトケチャップ きやべつ きゅうり ブロッコリー	645 Kcal 28.1 g 2.4 mg																		
	ミルク		○																												
	ポロネーゼペンネ		○	○	○		○																								
	いるどりサラダ																														
	ゆずしょうゆドレッシング			○	○		○																								
	フルーツヨーグルト		○																												
<table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>卵</th> <th>乳</th> <th>小麦</th> <th>大豆</th> <th>ごま</th> <th>魚介類</th> <th>落花生</th> <th>甲殻類</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> </tbody> </table>												卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類									栄養平均量		631 Kcal 25.5 g 2.7 mg	
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。