

※毎日、おはし・フォーク・スプーンをご持参ください。

◎・・・卵抜きで提供します。

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	
13 (水)	たっぷりミルクパン	○	○	○	○					ミルク 牛肉 チーズ	たっぷりミルクパン ハヤシルウ ジャがいも デミグラスソース イタリアンドレッシング お祝いゼリー	にんじん たまねぎ カリフラワー きゅうり きゃべつ ブロッコリー アスパラ トマトケチャップ	616 Kcal 24.6 g 1.6 mg
	ミルク		○										
	ビーフシチュー		○	○	○								
	グリーンサラダ			○	○								
	お祝いゼリー				○								
14 (木)	米飯								ミルク いかフリッター	米飯 油 ごま油 ごま チリソースの素	にんじん たまねぎ たけのこ 白ねぎ だいこん もやし にんにく 土しょうが トマトケチャップ オレンジ	634 Kcal 20.9 g 1.3 mg	
	ミルク		○										
	いかのチリソース	○	○	○	○	○	○						
	だいこんともやしの中華風			○	○	○							
	オレンジ												
15 (金)	米飯								ミルク だしの素 花型豆腐ハンバーグ 焼ちくわ	米飯 ごま マヨネーズ	にんじん はくさい 干しいたけ 青ねぎ だいこん まいたけ 土しょうが 三度豆 ちりめん昆布	578 Kcal 20.4 g 2.7 mg	
	ちりめん昆布			○	○		○						
	ミルク		○										
	花型豆腐ハンバーグの野菜あんかけ			○	○		○						
	ちくわと三度豆のごまマヨあえ	◎		○	○	○	○						
18 (月)	中華丼	◎		○	○	○	○		ミルク 豚肉 いか うずら卵 しらす	米飯 片栗粉 ごま油 お祝いゼリー(1年生のみ) スイートポテト(2~6年生)	にんじん はくさい たまねぎ 干しいたけ たけのこ もやし さやえんどう きゃべつ	611 Kcal 22.1 g 2.7 mg	
	ミルク		○										
	きゃべつとしらすのあえもの			○	○	○	○						
	お祝いゼリー(1年生のみ)				○								
	スイートポテト(2~6年生)				○								
19 (火)	黒糖パン		○	○					ミルク 鶏肉 チーズ	黒糖パン ジャがいも コーン ヤングコーン ホワイトルウ 香味中華ドレッシング	にんじん たまねぎ 春きゃべつ ほうれん草 マッシュルーム しめじ ブロッコリー	572 Kcal 23.7 g 2.0 mg	
	ミルク		○										
	チキンと春きゃべつのクリームシチュー		○	○	○								
	ポパイサラダ			○	○	○	○						
20 (水)	米飯								ミルク 鶏肉 油あげ えだ豆シューマイ えびボール	米飯 春雨 いちごとみかんのゼリー	にんじん だいこん 青ねぎ もやし しめじ にら 土しょうが はくさい	651 Kcal 25.6 g 2.5 mg	
	ミルク		○										
	ちゃんこ鍋			○	○		○	○					
	枝豆シューマイ			○	○		○						
	いちごとみかんのゼリー												
21 (木)	米飯								ミルク だしの素 てりやきハンバーグ お魚アーモンド	米飯 こんにゃく	にんじん ごぼう たけのこ 三度豆 しめじ	592 Kcal 22.8 g 3.5 mg	
	ミルク		○										
	てりやきハンバーグ				○								
	野菜の煮物			○	○		○						
	お魚アーモンド						○						

※1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます※

1年生の給食開始は18(月)です。

1年生は、18(月)~21(木)まで給食練習の為、 の献立はつきません。

2022年

# 4月分給食献立 (2/2)

ノートルダム学院小学校

※毎日、おはし・フォーク・スプーンをご持参ください。

◎・・・卵抜きで提供します。

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	
22 (金)	米飯									ミルク 豚肉 とり天 豆腐 油あげ みそ だしの素	米飯 油 いちごのフル	にんじん だいこん 青ねぎ ゆかり	701 Kcal 27.2 g 2.0 mg
	ゆかり												
	ミルク		○										
	とり天			○	○			○					
	豚汁			○	○			○					
いちごのフル	○	○		○									
25 (月)	米飯									ミルク さばの塩焼き 油あげ 水煮大豆 かつおぶし だしの素	米飯 油	にんじん ひじき 切干大根 ブロッコリー	635 Kcal 25.4 g 3.6 mg
	ミルク		○										
	さばの塩焼き							○					
	切干大根とひじきの煮つけ			○	○			○					
	ブロッコリーのおかかあえ			○	○			○					
26 (火)	味付けパン		○	○						ミルク チーズ 鶏肉	味付けパン ペンネ ヤングコーン カレールウ 香味中華ドレッシング エクレア	にんじん たまねぎ ほうれん草 きゅうり きゃべつ ブロッコリー アスパラ トマトケチャップ	658 Kcal 27.8 g 1.4 mg
	ミルク		○										
	カレーペンネ		○	○	○								
	グリーンサラダ			○	○	○		○					
	エクレア	○	○	○	○								
27 (水)	米飯									ミルク 牛肉コロッケ ツナ ふりかけ	米飯 油 春雨 マヨネーズ 香味塩ドレッシング さくらゼリー	にんじん きゅうり きゃべつ もやし	637 Kcal 16.6 g 1.8 mg
	ふりかけ(瀬戸風味)			○	○	○		○					
	ミルク		○										
	牛肉コロッケ		○	○	○								
	春雨のツナマヨサラダ	◎		○	○	○		○					
さくらゼリー													
卵 乳 小麦 大豆 ごま 魚介類 落花生 甲殻類												栄養平均量	625 Kcal 23.3 g 2.3 mg