



4月給食よていにんたてひょう



日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える
11 木	ポークハヤシライス	○	キャベツとコーンのサラダ フルーツポンチ	豚肉 飲用牛乳	精白米 玄米 サラダ油 小麦粉 さとう	にんにく しょうが 玉葱 にんじん マッシュルーム トマト缶詰 キャベツ きゅうり ホールコーン みかん缶 パイン缶 黄桃缶 レモン
12 金	シュガートースト	○	キャベツとわかめのサラダ ABCスープ トマト風味 清見オレンジ	飲用牛乳 わかめ ベーコン 鶏肉 レンズまめ	食パン マーガリン グラニュー糖 サラダ油 さとう 白ごま アルファベットマカロニ	にんじん キャベツ きゅうり もやし 玉葱 パセリ トマト缶詰 清見オレンジ
15 月	お祝いちらしずし	○	あかうおの照り焼き 紅白はんぺんのかきたま汁 お祝い寒天ポンチ	油揚げ 卵 飲用牛乳 あかうお 木綿豆腐 あらははんぺん わかめ 粉寒天 牛乳・調理用	精白米 さとう サラダ油 白ごま でん粉	かんぴょう 干し椎茸 にんじん れんこん さやいんげん しょうが 玉葱 えのきたけ レモン クランベリージュース 黄桃缶 パイン缶 みかん缶
16 火	ビーンズドッグ	○	揚げじゃがいものハニーサラダ キャベツの豆乳スープ	豚肉 大豆 飲用牛乳 ベーコン 豆乳 粉チーズ	コッパン サラダ油 小麦粉 白ごま はちみつ じゃがいも	しょうが にんにく キャベツ 玉葱 こまつな にんじん 干し椎茸
17 水	たけのこごはん	○	わかさぎのから揚げ じゃがいものそぼろ煮 あおさのすまし汁	油揚げ 飲用牛乳 わかさぎ 豚肉 鶏肉 木綿豆腐 あおさ	精白米 さとう でん粉 サラダ油 つきこんにゃく じゃがいも 白ごま	生たけのこ とうがらし さやいんげん にんじん 玉葱 干し椎茸 だいこん ねぎ
18 木	上海焼きそば	○	ビーンズポテトガーリック風味 中華風コーンスープ デコボン	豚肉 エビ イカ 大豆 飲用牛乳 卵 木綿豆腐	蒸し中華めん サラダ油 ごま油 じゃがいも でん粉 白ごま	にんにく しょうが にんじん もやし キャベツ こまつな ホールコーン デコボン 玉葱
19 金	麦ごはん 手作りかつおぶりかけ	○	切干大根入り卵焼き じゃがいもつきこんにゃくのきんぴら 呉汁	粉かつお 鶏肉 卵 ちりめんじゃこ あおのり 飲用牛乳 木綿豆腐 豚肉 大豆 粉寒天 白みそ 赤みそ	精白米 粒麦 白ごま さとう サラダ油 ごま油 じゃがいも つきこんにゃく	干し椎茸 にんじん ねぎ 切干しだいこん こまつな さやいんげん 玉葱 えのきたけ
22 月	わかめごはん	○	鮭のみそマヨネーズ焼き キャベツのおかか和え じゃがいものみそ汁 デコボン	わかめ 飲用牛乳 サケ 白みそ あおさ かつお節 油揚げ 赤みそ 白みそ	精白米 粒麦 白ごま マヨネーズ 白すりごま さとう じゃがいも	こまつな にんじん もやし キャベツ ホールコーン 玉葱 だいこん ねぎ デコボン
23 火	ツナじゃがコッペ	○	ひよこ豆とツナのサラダ キャベツのクリームスープ	まぐろ缶詰 チーズ 飲用牛乳 ひよこまめ 粉寒天 ベーコン 牛乳・調理用 豆乳 生クリーム 粉チーズ	コッパン じゃがいも サラダ油 さとう マヨネーズ 小麦粉	玉葱 きゅうり キャベツ にんじん ホールコーン パセリ
24 水	チキンライス	○	レバーとポテトのかりんと揚げ ウィンナーのカレースープ	飲用牛乳 豚肉 豚レバー ウィンナー レンズまめ 鶏肉	精白米 粒麦 サラダ油 バター でん粉 じゃがいも さとう 白ごま	にんじん 玉葱 マッシュルーム ホールコーン さやいんげん にんにく しょうが 赤パプリカ ピーマン キャベツ こまつな
25 木	麦ごはん	○	小松菜入りナゲット キャベツのポン酢和え 大根のごまみそ汁	飲用牛乳 木綿豆腐 鶏肉 油揚げ 赤みそ 白みそ わかめ	精白米 粒麦 マヨネーズ でん粉 白ごま サラダ油 さとう	しょうが こまつな 切干しだいこん にんじん キャベツ レモン 玉葱 だいこん ほんしめじ ねぎ
26 金	海鮮あんかけ焼きそば	○	アスパラサラダ オレンジ寒天ポンチ	豚肉 イカ エビ あさり 飲用牛乳 ベーコン 粉寒天	蒸し中華めん サラダ油 さとう でん粉 アーモンド	しょうが にんにく 玉葱 干し椎茸 たけのこ にんじん キャベツ もやし こまつな レモン きゅうり アスパラガス オレンジジュース 黄桃缶 みかん缶 パイン缶
30 火	麦ごはん	○	さばの竜田揚げ 小松菜のなめたけあえ 豆腐のみそ汁	飲用牛乳 サバ 油揚げ 木綿豆腐 赤みそ 白みそ	精白米 粒麦 でん粉 サラダ油 さとう	しょうが にんじん こまつな もやし えのきたけ 玉葱 だいこん ねぎ

※都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。

今月の平均：エネルギー570kcal たんぱく質23.8g

がつ きゅうしよくもくひょう
～ 4月の給食目標～
じゅんぴ あとかた
準備や後片づけを じょうずにしよう



保護者の方へ

学校給食に関するお知らせ

🏠 毎月、献立表を配布します。……………

ご家庭での食事作りの参考にするなど、活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。



🏠 給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。…

給食当番は1週間の交代制で、給食の配膳や準備、後片付けなどを行います。給食当番をした週の週末に給食着を持ち帰りますので、ご家庭で洗濯とアイロンがけをして、次の登校時に持たせてください。なお、ほかのお子さんも使用しますので、香りの強い洗剤や柔軟剤の使用はお控えください。



いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。