

4月献立表

日	曜日	牛乳	献立名	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	Kcal	予定
1	月		春季休業					
2	火							
3	水							
4	木							
5	金							
6	土		休日					
7	日		休日					
8	月		始業式（給食なし）					
9	火		入学式（給食なし）					
10	水		チキンカレーライス バリバリサラダ 果物	牛乳 鶏肉 大豆 チーズ	米 じゃがいも 油 はちみつ 小麦粉 バター ワンタンの皮	玉ねぎ 人参 生姜 にんにく きゃべつ きゅうり コーン いちご	786	
11	木		新玉ねぎの豚丼 小松菜とじゃこの和え物 フルーツゼリー	牛乳 豚肉 ちりめん 油揚げ 粉寒天	米 麦 油 白滝 砂糖 ごま	生姜 玉ねぎ 小松菜 きゃべつ りんご もも パイン	779	
12	金		ビスキュイパン コーンシチュー ツナサラダ 果物	牛乳 たまご 鶏肉 いんげん豆 生クリーム ツナ	パン バター アーモンド 小麦粉 じゃがいも	人参 たまねぎ きゅうり マッシュルーム コーン きゃべつ オレンジ	823	
13	土		休日					
14	日		休日					
15	月		ごはん 魚のニンニク味噌焼き わかめのボン酢和え じゃが餅汁	牛乳 魚 味噌 わかめ 油揚げ	米 油 砂糖 ごま じゃがいも でんぷん	にんにく ねぎ きゅうり きゃべつ 人参 レモン汁	825	
16	火		シーフードピラフ ミネストローネ レバポテビーンズ	牛乳 鶏肉 えび いか ベーコン いんげん豆 豚レバー 大豆	米 バター 油 マカロニ 砂糖 でんぷん じゃがいも	人参 玉ねぎ えりんぎ ピーマン きゃべつ トマト にんにく 生姜	724	
17	水		区中研（給食なし）					
18	木		キムチチャーハン ビーフンスープ 青のりポテト	牛乳 豚肉 鶏肉 青のり	米 麦 油 ビーフン じゃがいも	キムチ ねぎ ピーマン 人参 玉ねぎ たけのこ しいたけ 青梗菜	724	
19	金		たけのこごはん シヤモの石垣揚げ 野菜の香味醤油和え 味噌汁	牛乳 油揚げ ししゃも たまご 豆腐 わかめ みそ	米 麦 ごま 砂糖 じゃがいも	人参 たけのこ もやし 小松菜 きゃべつ コーン ねぎ	737	
20	土		土曜授業（給食なし）					
21	日		休日					
22	月		ごはん 小松菜ふりかけ 魚のレモン焼き じゃが芋きんぴら 味噌汁	牛乳 ちりめん 味噌 わかめ 魚 生揚げ	米 砂糖 ごま油 じゃがいも こんにゃく ごま	小松菜 生姜 レモン ごぼう 人参 たけのこ 大根 玉ねぎ	770	
23	火		親子丼 ワサビ和え 大豆と煮干しの甘辛	牛乳 鶏肉 卵 なると 大豆 煮干し	米 砂糖 ごま でんぷん さつまいも ごま	しいたけ 人参 玉ねぎ グリーンピース こねぎ もやし えのき 小松菜	873	
24	水		ホットドッグ 野菜クリームスープ キャラメルポテト	牛乳 フランクフルト ベーコン 生クリーム	パン 油 バター コーンスターチ さつまいも 砂糖	きゃべつ コーン 玉ねぎ 人参 玉ねぎ 小松菜 パセリ	907	
25	木		ミートソーススパゲティ オニオンドレサラダ フルーツ白玉	牛乳 豚肉 鶏肉 豚レバー 粉チーズ	スパゲティ 油 バター 砂糖 白玉粉	人参 玉ねぎ 生姜 にんにく きゃべつ きゅうり コーン パイン もも	836	
26	金		ごはん 魚の塩こうじ焼き 磯香和え 豚汁	牛乳 魚 のり しらす 豚肉 生揚げ 味噌	米 油 じゃがいも こんにゃく	玉ねぎ 人参 生姜 にんにく きゃべつ きゅうり コーン	699	
27	土		休日					
28	日		休日					
29	月		昭和の日					
30	火		小松菜チャーハン ナムル 中華卵スープ	牛乳 ツナ 卵 鶏肉 豆腐	米 砂糖 ごま でんぷん	人参 ねぎ 生姜 小松菜 もやし たまねぎ たけのこ 青梗菜	711	離任式

都合により献立が変更になる場合があります。太字は季節のメニューです。