



4月 献立表



日	一口メモ	主食	飲み物	おかず	赤の仲間 血や肉になる		緑の仲間 体の調子を整える		黄の仲間 熱や力の元になる		エネルギー たんぱく質
					1群	2群	3群	4群	5群	6群	
10水	新年度最初の給食はカレーライス!	チキンカレー		フレンチサラダ ぶどうゼリー	鶏肉	牛乳, 粉寒天	にんじん, ブロッコリー	玉ねぎ, にんにく, しょうが, コーン, キャベツ, ぶどうジュース	米, 米粒麦, じゃがいも, 小麦粉, 砂糖, はちみつ	サラダ油, バター	759 kcal 23.5 g
11木	入学お祝い給食	赤飯		鶏のからあげ イカと野菜の和えもの 若竹汁	鶏肉, いか, 豆腐	牛乳, わかめ	こまつな, 糸みつば	しょうが, もやし, キャベツ, たけのこ, ぶなしめじ	アルファ化米, てんぷん, 小麦粉, 砂糖	ごま, ごま油	766 kcal 35.7 g
12金	マリアナソースで魚をおいしく食べましょう。	セサミトースト		魚のマリアナソース 野菜スープ	バサ, 大豆, 鶏肉	牛乳	にんじん, こまつな	しょうが, 玉ねぎ, キャベツ	食パン, 小麦粉, はちみつ, 砂糖, てんぷん, じゃがいも	ごま, バター, 豆乳クリーム ムバター	731 kcal 34.8 g
15月	季節の食材にち	麦ごはん		魚の竜田揚げ レモン和え にらたま汁	さば, 豆腐, 卵	牛乳	にんじん, こまつな, にら	しょうが, 長ねぎ, キャベツ, もやし, レモン	米, 米粒麦, てんぷん, 砂糖	油, ごま	723 kcal 32.7 g
16火	炒り卵をミモザの花に見立てたサラダです。	ミルクパン		ポテトミートグラタン ミモザサラダ	大豆, 鶏肉, レンズ豆, 卵	牛乳, ピザチーズ	トマト, パセリ, にんじん, こまつな	玉ねぎ, キャベツ	ミルクパン, じゃがいも, マカロニ, 小麦粉, 砂糖	サラダ油	737 kcal 35.8 g
17水	季節の食材たけのこ	たけのこごはん		小魚の磯辺揚げ 野菜の一味風味 みそ汁	油揚げ, 卵, 豆腐, みそ	牛乳, わかさぎ, あおのり, わかめ	にんじん, さやえんどう	たけのこ, もやし, 干し椎茸, コーン キャベツ, だいこん	米, 砂糖, 小麦粉, じゃがいも	油, ごま	709 kcal 31.4 g
18木	棒棒鶏には鶏のささみを使います。	中華丼		棒棒鶏 フルーツヨーグルト	いか, 鶏肉	牛乳, ヨーグルト	にんじん	生姜, 筍, 干し椎茸, 玉ねぎ, キャベツ, きゅうり, もやし, 長 ねぎ, パイン, 桃, み かん	米, 米粒麦, 砂糖, 三温糖, てんぷん, はちみつ	サラダ油, ごま油, ごま	706 kcal 28.2 g
19金	マセドアンは「さいの目切り」という意味です。	ミートソースパスタ		マセドアンサラダ 果物	大豆, 鶏肉	牛乳, サラダチー ズ	にんじん, トマト	玉ねぎ, しょうが, にんにく, コーン きゅうり, 果物	スパゲッティ, じゃがいも	サラダ油	718 kcal 31.9 g
22月	味噌煮のおいしさの秘訣は三温糖。コクが出ます。	麦ごはん		さばの味噌煮 野菜の五色和え みそ汁	さば, みそ, 卵, 豆腐	牛乳, わかめ	こまつな, にんじん	キャベツ, もやし, コーン, 玉ねぎ	米, 米粒麦, 三温糖, 砂糖, てんぷん	ごま	736 kcal 34.0 g
23火	しっかり味付けしたカレーを無塩パンに塗ります。	カレートースト		きのこクリームスープ チリじゃがバター	鶏肉, 大豆	牛乳, ピザチーズ 生クリーム	にんじん	玉ねぎ, しょうが, ぶなしめじ	無塩食パン, てんぷん, 小麦粉, じゃがいも	サラダ油, バター, 豆乳クリー ムバター	696 kcal 30.9 g
24水	鶏肉と玉子がたっぷりて食べ応えのある親子丼です。	親子丼		からしあえ 果物	鶏肉, 卵	牛乳	にんじん, こまつな	玉ねぎ, 干し椎茸, もやし, キャベツ 果物	米, 米粒麦, 砂糖	ごま	703 kcal 31.9 g
25木	トマトと香味野菜でおいしいチリソースを作ります。	ご飯		いかのチリソース ごまあえ 春雨スープ	いか, 豆腐	牛乳, わかめ	にんじん	長ねぎ, にんにく, しょうが, もやし, キャベツ, はくさい, きくらげ	米, 押麦, 砂糖, てんぷん, 三温糖, 緑豆はるさめ	サラダ油, ごま油, ごま	719 kcal 28.5 g
26金	郷土料理愛知県	味噌煮込みうどん		じゃが芋の香味和え 抹茶ケーキ	鶏肉, 卵, 油揚げ, みそ	牛乳, あおのり	にんじん, こまつな	玉ねぎ, 干し椎茸, 長ねぎ	冷凍うどん, じゃがいも, 小麦粉, 砂糖, 甘納豆	ごま油, ごま, バター, サラダ油	708 kcal 27.2 g
30火	うま煮は最後にごま油をかけて香りよく仕上げます。	わかめご飯		豆腐のうま煮 こまつな和え	豆腐, 鶏肉, ツナ	牛乳, 炊きこみわ かめ	にんじん, こまつな, チンゲン ツアイ	干し椎茸, たけのこ, 長ねぎ, キャベツ	米, 押麦, 砂糖, てんぷん	ごま, ごま油, サラダ油	741 kcal 31.9 g

※物資流通の都合上、献立を変更する場合があります。