

日 曜	献立名	血や肉・骨になる あかの仲間	熱や力のもとになる きいろの仲間	体の調子をととのえる みどりの仲間	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
7 木	丸パン 牛乳 ハンバーグ フレンチサラダ 野菜スープ	ハンバーグ ロースハム ベーコン 牛乳	丸パン 三温糖 じゃがいも 大豆油	にんじん パセリ キャベツ きゅうり 玉葱 とうもろこし 干し椎茸	725 Kcal 27.1g 25.4g 3.1g
8 金	✳️入学・進級お祝いメニュー✳️ ホークカレー 牛乳 キャベツのサラダ お祝いゼリー	豚肉 ロースハム 牛乳	精白米 精麦 はるさめ 三温糖 じゃがいも 三温糖 植物油	にんじん 玉葱 にんにく しょうが キャベツ きゅうり とうもろこし	793 Kcal 23.7g 25.7g 3.8g
11 月	麦ご飯 牛乳 ミックス肉団子 春雨サラダ 根菜のごま汁 かみかみにぼし	ミックス肉団子 ロースハム 油揚げ 牛乳 煮干	精白米 精麦 はるさめ 三温糖 さといも ごま油 ごま	にんじん ごまつな キャベツ きゅうり もやし だいこん ごぼう ねぎ	627 Kcal 22.1g 16.3g 2.2g
12 火	きつねうどん 牛乳 ちくわの磯辺あげ ほうれん草のおかか和え	鶏肉 油揚げ ちくわの磯辺あげ かつお節 牛乳 あおりのり	うどん(リゾム) 上白糖 植物油	ごまつな にんじん ほうれん草 うなぎ ごぼう もやし	639 Kcal 32.7g 17.8g 2.2g
13 水	麦ご飯 牛乳 鮭の塩焼き 五目きんぴら じゃが芋のみそ汁	へにざけ さつま揚げ 木綿豆腐 牛乳	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも 大豆油	にんじん とうがらし ごまつな ごぼう たけのこ れんこん ねぎ こんにゃく	584 Kcal 27.5g 13.1g 1.7g
14 木	食パン(2枚) いちご&マーガリン 牛乳 ホテック グラタン のりとキャベツのツツのリザガ ミネストローネ	ホテック グラタン ベーコン 牛乳	食パン マカロニ じゃがいも オリーブ油 植物油 いちごジャム&マーガリン	にんじん トマト缶詰 パセリ キャベツ きゅうり とうもろこし 玉葱 セロリー にんにく	749 Kcal 24.3g 21.7g 2.5g
<b>15日(金) 授業参観のためお弁当の日です</b>					
18 月	麦ご飯 牛乳 さわらの西京焼き 小松菜のおひたし あおさのみそ汁	さわら かつお節 木綿豆腐 牛乳 あおさのり	精白米 精麦 じゃがいも 植物油 ごま	ごまつな にんじん もやし	588 Kcal 27.6g 15.2g 2g
19 火	ハゲティ・ミートソース 牛乳 海そうサラダ 一口りんごゼリー	豚肉 ロースハム 牛乳 わかめ	スバゲティ 薄力粉 三温糖 オリーブ油 植物油 無塩バター ごま油 ゼリー	にんじん パセリ トマト缶詰 玉葱 しょうが にんにく セロリー キャベツ きゅうり とうもろこし	720 Kcal 18.6g 22g 3g
20 水	麦ご飯 牛乳 さばの味噌煮 わかめとツツの和え物 豚汁 かみかみにぼし	さばのみそ煮 まぐろ缶詰 豚肉 木綿豆腐 牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも ごま油 植物油	にんじん キャベツ もやし きゅうり ごぼう だいこん こんにゃく ねぎ しょうが	723 Kcal 33.5g 23.7g 2.5g
<b>21日(木) 小教研のため11:50下校です</b>					
22 金	麦ご飯 牛乳 ささみチーズフライ マカロニサラダ あさりのみそ汁	ささみチーズフライ ロースハム あさり 木綿豆腐 牛乳 チーズ わかめ	精白米 精麦 マカロニ 植物油 マヨネーズ(全卵型)	にんじん キャベツ 玉葱 きゅうり とうもろこし ねぎ	766 Kcal 35g 23.9g 1.8g
25 月	麦ご飯 牛乳 鶏の照り焼き 磯和え 貝たくさんみそ汁 かみかみにぼし	鶏肉 ロースハム 木綿豆腐 牛乳 煮干	精白米 精麦 じゃがいも	ほうれん草 にんじん しょうが もやし ほんしめじ ねぎ だいこん	556 Kcal 27.2g 12.7g 2g
26 火	しょうゆラーメン 牛乳 大根とキャベツのサラダ かみかみデザート	鶏肉 なため ロースハム 牛乳	中華めん(リゾム) 三温糖 植物油	ほうれん草 にんじん 味付き メンマ しょうが にんにく もやし 玉葱 ねぎ だいこん きゅうり キャベツ	600 Kcal 28.4g 18.5g 3.3g
27 水	三色そばろご飯 牛乳 ごぼうと小松菜のごま酢和え きのこのみそ汁 かみかみにぼし	鶏肉 えだまめ 木綿豆腐 牛乳 煮干 チーズ	精白米 精麦 三温糖 ごま	ごまつな にんじん しょうが とうもろこし ごぼう もやし えの きたけ ぶなしめじ ひらたけ ねぎ	580 Kcal 25.6g 15g 2.1g
28 木	コッペパン 牛乳 フランクソーセージ コールスローサラダ コンソメスープ 季節のゼリー	フランクフルト ロースハム ベーコン 牛乳	コッペパン 三温糖 マヨネーズ(全卵型) ゼリー	にんじん パセリ キャベツ 玉葱 きゅうり とうもろこし	777 Kcal 25.2g 35.1g 3.4g
☆学校給食は、子どもたちの健やかな成長のために、栄養のバランスを考えて作られています。また、旬の食材や地場産物を使った献立、行事食なども取り入れています。 ☆今年度も、減塩メニューやおすすしめしなどを紹介していきますので、ご家庭でも、「栄養バランスのよい食事」や「いつもよりちょっとす味」などに取り組んでみましょう!!					<栄養基準値(8~9歳児)> ・エネルギー 650 kcal ・たんぱく質 25.0g ・脂質 21.6g ・食塩相当量 2.0g未満

※給食は、市の測定器で放射性物質検査を行い、安全を確認した後提供しています。検査結果は市のホームページに掲載しています。

✳️4月の献立について✳️

- ◇ 給食費の引き落としは毎月28日です。(28日が土日・祝日の場合は翌日以降になります)  
残高不足などで引き落としができない場合がありますので、前日までに残高の確認等よろしくお願い致します。
- ◆ 仕入れ等の関係でメニューが変更になる場合は、放送や掲示等で児童へお知らせします。
- ◇ 8日(金)は入学・進級お祝い献立です。みんなが大好きなカレーとお祝いデザートが出ますよ!
- ◆ 15日(金)は授業参観のためお弁当の日です。21日(木)は小教研のため給食はありません。

