



4月 予定献立表



野村小学校

日	曜日	行事	主食	献立名	牛乳	使用している食品			エネルギー kcal	たんぱく質 g
						赤 体をつくるもの	黄 熱や力になるもの	緑 体の調子を整えるもの		
9	水		ごはん	ふくらぎのみりんやき そくせきづけ あつあげとやさいのうまに		牛乳▲ あつあげ ふくらぎ とりにく	ごはん こんにやく じゃがいも さとう	しょうが きゃべつ きゅうり	646	28.5
10	木	新1年生 給食 開始	コッペパン ▲	なつぱコロッケ▲ アスパラサラダ▽ ワンタンスープ		牛乳▲ チーズ▲ ぶたにく だいず ウインナー	コッペパン▲ あぶら パンこ じゃがいも さとう ごま▽ ワンタンのかわ	にんじん きゅうり こまつな きゃべつ グリーンアスパラガス たまねぎ もやし ほししいたけ	581	21.7
11	金	入学・進級 お祝い 献立	むぎ ごはん	にくシューマイ はくさいときゅうりのあえもの ポークカレー▲▼ おいおいゼリー		牛乳▲ ぶたにく	むぎごはん じゃがいも あぶら シューマイのかわ おいおいゼリー	たまねぎ はくさい にんじん きゅうり	662	19.7
14	月	郷土食 献立	ごはん	ほたるいかのフライ さんしよくひたし▽ にくじゃが とうにゆうプリン		牛乳▲ ほたるいか ぶたにく	ごはん さとう あぶら こんにやく パンこ ごま▽ じゃがいも とうにゆうプリン	にんじん たまねぎ きゃべつ ほうれんそう	660	21.5
15	火		しよく パン ▲	ハンバーグ ビーフンソーテー きゃべつのスープ ヨーグルト▲		牛乳▲ とりにく ぶたにく ヨーグルト▲ ぎゅうにく	しよくパン▲ あぶら ビーフン	もやし たまねぎ きゃべつ とうもろこし にんじん チンゲンサイ	598	28.1
16	水		ごはん	ちくわのいそべあげ●☆ にまめ みそしる		牛乳▲ きんときまめ ちくわ☆ たまご● あぶらあげ あおのり みそ	ごはん こむぎこ さとう あぶら	だいこん ねぎ たまねぎ にんじん	676	25.9
17	木		1/2コッペ パン ▲	ソフトめんのミートソースかけ♡ コーンエッグ● フルーツヨーグルトあえ▲▼□◆		牛乳▲ だいず ぶたにく ヨーグルト▲ たまご●	1/2コッペパン▲ ソフトめん♡ さとう かたくりこ あぶら	しょうが たまねぎ りんご▼ もも□ にんじん トマト バインアップル マッシュルーム パナナ◆ とうもろこし	683	27.6
18	金	たかおか 食19井	ごはん	はるのカラフルごもくどん こまつなときゃべつのごまあえ▽ じゃがいものみそしる		牛乳▲ みそ とりにく わかめ	ごはん あぶら かたくりこ ごま▽ さとう じゃがいも	こまつな たけのこ しょうが きゃべつ えだまめ なまいいたけ ねぎ にんじん たまねぎ	570	22.5
21	月		ごはん	ししゃものフリッター★ きゃべつのしょうがええ えどっこに		牛乳▲ こうやどうふ ししゃも★ こんぶ だいず ぎゅうにく	ごはん こむぎこ さとう こんにやく あぶら	きゅうり たけのこ きゃべつ ほししいたけ しょうが にんじん	683	28.0
22	火	郷土食 献立	たけのこ ごはん	さわらのマヨネーズやき● もやしのひたし とうふのすましじる		牛乳▲ とうふ さわら あぶらあげ	ごはん ふ さとう マヨネーズ●	たけのこ きゅうり もやし えのきたけ にんじん ねぎ	583	28.0
23	水	地場産 品献立	げんりよう ごはん	やきさば ほうれんそうのごまみそ▽ いなりうどん☆		牛乳▲ あぶらあげ さば かまぼこ☆ みそ	げんりようごはん うどん ごま▽ さとう	きゃべつ にんじん ほうれんそう たまねぎ えのきたけ ねぎ	668	32.5
24	木		しよく パン ▲	わかどりにくのてりやき ブロッコリーサラダ ポークシチュー▲		牛乳▲ とりにく ぶたにく	しよくパン▲ じゃがいも さとう マーガリン▲ あぶら こむぎこ	ブロッコリー マッシュルーム きゅうり たまねぎ とうもろこし にんじん	612	28.9
25	金		ごはん	あかうおのカレーあげ あおなのひたし▽ もずくのみそしる オレンジ		牛乳▲ あぶらあげ あかうお みそ もずく	ごはん ごま▽ かたくりこ あぶら	こまつな ねぎ きゃべつ えのきたけ にんじん オレンジ	656	27.0
28	月		ごはん	ぶたにくのジャンロー ゆでやさい だんごじる		牛乳▲ みそ ぶたにく とりにく	ごはん しらたまだんご さとう じゃがいも	ブロッコリー なまいいたけ にんじん しょうが ごぼう たまねぎ	601	26.0
30	水		ごはん	ふくらぎのあまみそかけ くきわかめのきんぴら☆ かきたまじる●		牛乳▲ たまご● ふくらぎ みそ さつまあげ☆ くきわかめ	ごはん かたくりこ ふ さとう こんにやく あぶら ごまあぶら	しょうが たまねぎ ごぼう にんじん	707	27.3

※以下の食品が含まれている場合、印を付けてあります。

乳製品:▲ 卵・卵製品:● 魚卵:★ タラ、カレイ、練製品:☆ エビ・カニ:■ メロン・スイカ:△ 栗:◆ 生トマト◇
マヨネーズ(和のみ):○ マグロ:🌀 ソバ(ソフト麺):♡ りんご:▼ もも:□ パナナ:🍌 ごま:▽ コチニール色素◎

※都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。