



# 4 月 分 献 立 表

令和3年

小学校

松伏町学校給食センター

日	月	スプーン	献立	こんだて		あか	き	みどり	えいようか	
				しゅじょく	お か ず	ちやにくになるもの	ねつやちからになるもの	からだのちようしきとどのえるもの	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
12	月	○	むぎごはん	メキシコふうミートソース ほうれんそうのサラダ ぎゅうにゅうプリン	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅうプリン ぶたにく とりレバー チーズ	こめ むぎ こめあぶら こむぎこ さとう	にんじん ほうれんそう キャベツ たまねぎ トマト にんにく とうもろこし	683	31.0	
13	火	○	ごはん	はるキャベツのみそしる ぶたにくのてりやきソース なまあげのみそいため	ぎゅうにゅう ぶたにく きぬあげ	こめ さとう でんぶん こめあぶら	キャベツ だいこん にんじん たまねぎ こんにやく ごぼう しめじ しょうが	672	26.7	
14	水	○	バターライス	アルファベットスープ ハンバーグオニオンソース ツナとだいこんの サラダ(しょうパット)	ぎゅうにゅう ハンバーグ ツナ ベーコン	こめ バター こめあぶら マカロニ	たまねぎ パセリ にんじん キャベツ こまつな だいこん きゅうり とうもろこし	692	26.3	
15	木	○	ちゅうかめん	しょうゆラーメン ぎょうざ 2こ はるさめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく	めん こめあぶら はるさめ こま こめあぶら	ぎょうざ きゅうり にんじん キャベツ もやし こまつな ねぎ たけのこ きくらげ	649	22.7	
16	金	○	ごはん	げんまいだんごじる とりからあげ 2こ ひじきのにも	ぎゅうにゅう とりにく ひじき あぶらあげ	こめ げんまいだんご こむぎこ でんぶん こめあぶら さとう	ねぎ だいこん しめじ こまつな こんにやく にんじん えだまめ	674	22.3	

## ... ❀... ❀... ❀... ❀... ❀... ❀... ❀ 19 に ち は し ゃ く い く の ひ ❀... ❀... ❀... ❀... ❀... ❀...

19	月	○	むぎごはん	ホークカレー はるキャベツと アスパラのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず だっしぶん にゅう とりレバー	こめ むぎ じゃがいも カレーウ こめあぶら	たまねぎ にんじん にんにく キャベツ アスパラガス とうもろこし	666	25.5	
20	火	○	バターロール	はくさいのスープ とりにくのトマトソース かいそうサラダ	ぎゅうにゅう フランクフルト とりにく かいそう	パン こめあぶら オリーブオイル さとう	はくさい たまねぎ にんじん パセリ トマト にんにく キャベツ きゅうり	608	24.9	
21	★	水	○	くろごめいり ごはん	すましじる シルバーのしおやき ほうれんそうのいためもの さくらゼリー こましお	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ シルバーのしおやき ぶたにく	こめ くろごめ こま こめあぶら さくらゼリー	ねぎ こまつな ほうれんそう キャベツ しめじ	597	27.8
22	木	○	じごなうどん	おかめうどん ちくわのいそべあげ 3ねん〜2ほん もやしのあえもの	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ かまぼこ ちくわ あおのり	めん やきふ さとう でんぶん てんぷらこ こめあぶら	にんじん しいたけ ねぎ こまつな もやし だいずもやし きゅうり	642	34.4	
23	金	○	ごはん	じゃがいものみそしる あじしモンしょうゆに ごもくきんぴら	ぎゅうにゅう あじしモンしょうゆに ぶたにく さつまあげ	こめ じゃがいも こめあぶら こま さとう こめあぶら	こまつな ねぎ ごぼう にんじん しいたけ こんにやく	615	30.1	
26	★	月	○	コッペパン スライス	はるやさいのポトフ オムレツ スラッピージョー	ぎゅうにゅう とりにく オムレツ ぶたにく チーズ	パン さとう パンこ こめあぶら	たまねぎ にんじん キャベツ かぶ かぶのは トマト にんにく	609	28.5
27	火	○	ごはん	こんさいのみそしる とびうおフライ こまつなのあえもの	ぎゅうにゅう とびうおフライ	こめ こめあぶら	もやし れんこん にんじん ごぼう だいこん ねぎ こんにやく こまつな キャベツ	629	31.2	
28	水	○	むぎごはん	ぶたどん れんこんのサラダ オレンジ	ぎゅうにゅう ぶたにく	こめ むぎ こめあぶら さとう	こんにやく たまねぎ にんじん はくさい ねぎ しょうが しいたけ オレンジ れんこん きゅうり かぶ かぶのは	646	27.1	
30	金	○	ごはん	ちゅうかごもくスープ しゅうまい 2こ パプリカのいためもの	ぎゅうにゅう とうふ とりにく うずらたまご しゅうまい ぶたにく	こめ こめあぶら こめあぶら さとう でんぶん	たけのこ にんじん しいたけ キャベツ きピーマン あかピーマン たまねぎ きくらげ	656	21.8	



## ご入学・ご進級おめでとーうございませう

へいぎん 646 27.2

※献立は、材料の都合により変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

※(★)印の日に、放送用資料があります。

※「はし」は毎日清潔なものを持ってきてましよう。

※「スプーン」は印のついた日に持ってきてましよう。

1	12月	のむヨーグルト
1	13火	ぎゅうにゅう
1	14水	ぎゅうにゅう・メロンパン
1	15木	ぎゅうにゅう・ツイストパン
1	16金	ぎゅうにゅう・しょくパン・いちごジャム

1年生は・・・  
12日(月)～16日(金)は、  
補食給食です。  
19日(月)からは、上記の献立  
となります。

