



4月 学校給食献立予定表



廿日市市立大野学校給食センター

日・曜	こ ん だ て め い	お も な ざ い り よ う			エネルギー (キロカロリー) 基準値 (小) 650 (中) 830	塩分(グラム) 基準値 (小) 2.0未満 (中) 2.5未満
		黄(き)	赤(あか)	緑(みどり)		
		ねつや力 ちから のもとになる	からだ からだ をつくる	からだ からだ の調子をととのえる		
12・月	ごはん 牛乳 ★ 青菜のおひたしの日 とりにくのコロコロからあげ みつばのおひたし けんちんじる	こめ こむぎこ でんぷん なたねあぶら ごま さとう	牛乳 とりにく あぶらあげ とうふ	にんにく しょうが みつば ほうれんそう いとこんにゃく もやし たまねぎ にんじん だいこん なましいたけ ねぎ	640	1.9
					821	2.3
13・火	ごはん 牛乳 なまあげとやさいのみそいため しらすのサラダ	こめ こめあぶら さとう でんぷん べにばなあぶら	牛乳 ぶたにく なまあげ あかみそ しらすぼし	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが だいこん こまつな	618	1.6
					795	2.1
14・水	ごはん 牛乳 ★ 食育の日 さばのてりやき かむかむ献立 あらめのいために アーモンドあえ	こめ さとう ごまあぶら アーモンド	牛乳 さば ぶたにく あらめ だいず あぶらあげ ちくわ	ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん ほうれんそう もやし	734	2.0
					949	2.6
15・木	セルフポテトサラダサンド 牛乳 〔1食用マヨネーズ〕 マカロニスープ あまなつみかん	パン(さとう, バター, ごま) じゃがいも さとう マヨネーズ マカロニ	牛乳 ハム てぼうまめ とりにく	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ コーン パセリ あまなつみかん	648	2.2
					831	3.0
16・金	ポークカレーライス 牛乳 だいこんとハムのサラダ	こめ じゃがいも バター こむぎこ さとう べにばなあぶら	牛乳 ぶたにく ヨーグルト ハム チーズ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが りんご だいこん キャベツ	662	1.9
					853	2.3
19・月	ごはん 牛乳 ★ 郷土料理の日(呉市) にくじゃが 春キャベツのおかかあえ	こめ じゃがいも さとう こめあぶら	牛乳 ぶたにく さつあまげ しらすぼし かつおぶし	にんじん たまねぎ えだまめ いとこんにゃく キャベツ こまつな	608	1.5
					775	1.8
20・火	こくとうパン 牛乳 ★ 食べようテイ やきそば フルーツポンチ	パン(くろざとう) ちゅうかめん ごまあぶら くろざとう さとう	牛乳 ぶたにく ちくわ あおのり	たまねぎ にんじん キャベツ もやし ねぎ パイン缶 みかん缶 もも缶 パナナ	623	2.6
					810	3.5
21・水	せきはん 牛乳 ★ 入学・進級お祝い献立 さわらのたつたあげ すましじる いちご	こめ もちごめ さとう でんぷん なたねあぶら ながいも	(あずき) 牛乳 さわら もずく とうふ	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ いちご	631	1.4
					821	2.0
22・木	コッペパン 牛乳 とりにくのハーブやき アスパラサラダ クラムチャウダー	パン こめあぶら こむぎこ じゃがいも バター さとう アーモンド べにばなあぶら	牛乳 とりにく あさり ベーコン スキムミルク しろいんげんまめのペースト	にんにく バジル コーン たまねぎ にんじん パセリ マッシュルーム キャベツ アスパラガス	637	2.6
					794	3.2
23・金	フルコギのつけごはん 牛乳 ★ ASTC アジア わかめスープ トライアスロン選手権(アジア料理・韓国)	こめ さとう ごまあぶら ごま	牛乳 ぶたにく わかめ とうふ たまご	しろねぎ にんにく たまねぎ キャベツ にんじん なら ねぎ	607	2.2
					775	3.0
26・月	ごはん 牛乳 おからのミートローフ もやしのソテー ジュリアンスープ	こめ こめあぶら バター	牛乳 ぶたにく とりにく おから スキムミルク たまご ベーコン	たまねぎ にんじん コーン えだまめ もやし キャベツ セロリ	607	2.2
					774	3.0
27・火	たけのこごはん 牛乳 じゃがいものごまあえ うどんのみそしる	こめ さとう じゃがいも ごま ねりごま	牛乳 あぶらあげ とりにく なまあげ みそ ツナ	たけのこ にんじん みつば たまねぎ うどん えのきたけ ねぎ ほうれんそう	576	2.7
					745	3.7
28・水	ごはん 牛乳 はっぼうとうふ こまつなとだいずのナムル	こめ ごまあぶら でんぷん ごま	牛乳 ぶたにく えび いか とうふ だいず しらすぼし こんぶ	たまねぎ にんじん たけのこ はくさい ピーマン しょうが こまつな もやし	606	2.0
					778	2.4
30・金	ごはん 牛乳 ★ ひろしま給食の日 トントンもみじのひろしまソース もずくのかきたまじる	こめ でんぷん さとう なたねあぶら こめあぶら じゃがいも	牛乳 ぶたにく あかみそ あおのり ぎょふん たまご もずく	たまねぎ こんにゃく ねぎ レモン まいたけ こまつな	672	2.2
					869	2.8

- ＊()は、パン、ごはんに入っている材料、〔 〕は1食用小袋のものです。
- ＊詳しい材料が示してある、「学校給食献立別使用食材一覧表」を各学校に送っています。必要な方は、担任の先生までお申し出ください。
- ＊エネルギーと塩分(減塩の取り組みから)を栄養表示として示しています。参考にしてください。
- ＊都合により、献立や食材料を変更することがありますのでご了承ください。
- ＊アレルギー対応として、これまでお子さんが食べたことがない食べ物が出ている場合は、念のため、ご家庭で事前に食べる経験をしておく等、ご配慮ください。
- ＊毎月19日は「食育の日」です。かむかむ献立です。
- ＊20日(火)のやきそばの麺は同じ製造ラインで、卵を使った麺、そばを製造しています。

にゅうがく しんきゅう
入学・進級おめでとうございます！
こんねんど あんぜん あんしん
今年度も、安全、安心でおいしい給食を提供できるようにがんばります。
みんなで、楽しく、おいしく食べてくださいね！