



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 ょ 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 体をつくる	からだ からだ 体の調子をととのえる		
10 ・ 水	ごはん 牛乳 ちくぜんに こまつなごまあえ	こめ こめあぶら さといも さとう ごま ねりごま	牛乳 とりにく なまあげ かまぼこ	ごぼう れんこん にんじん こんにゃく さやいんげん キャベツ なましいたけ こまつな	580	1.2
					741	1.6
11 ・ 木	コッペパン 牛乳 ポークビーンズ ツナサラダ	パン こめあぶら じゃがいも さとう べにばなあぶら	牛乳 だいず ぶたにく ツナ	たまねぎ にんじん にんにく トマト だいこん ほうれんそう	607	2.3
					773	3.0
12 ・ 金	ごはん 牛乳★東小児童考案メニュー はつかいちのあまからヤンニョムチキン もやしのナムル わかめスープ ★アジアスロ選手権応援献立 (韓国)	こめ なたねあぶら でんぷん はちみつ さとう ごまあぶら ごま	牛乳 とりにく しらすぼし わかめ とうふ	にんじん もやし たまねぎ えのきたけ ねぎ	628	1.5
					806	2.1
15 ・ 月	ごはん 牛乳★アジアスロ選手権 マーボーどうふ 応援献立 (中国) チンゲンサイのちゅうかあえ	こめ さとう ごまあぶら でんぷん ごま	牛乳 ぶたにく とうふ みそ あかみそ	たまねぎ にんじん ほししいたけ にら にんにく しょうが チンゲンサイ もやし	622	2.4
					791	3.2
16 ・ 火	ごはん 牛乳★郷土料理の日 (呉市) くれのにくじゃが もやしのごまずあえ	こめ じゃがいも さとう こめあぶら ごま	牛乳 ぎゅうにく さつまあげ しらすぼし	たまねぎ いとこんにゃく もやし こまつな にんじん	601	1.2
					766	1.6
17 ・ 水	ごはん 牛乳★入学・進級お祝い献立 さよりのてんぷら とんじる いちご	こめ こむぎこ でんぷん なたねあぶら さつまいも	牛乳 さより ぶたにく あぶらあげ みそ	ごぼう だいこん にんじん ねぎ いちご	613	1.7
					759	2.1
18 ・ 木	コッペパン 牛乳 [1食用マヨネーズ] はるやさいのクリームシチュー ひじきとごぼうのごまマヨネーズサラダ★食べようデイ	パン じゃがいも こめこ さとう ごま マヨネーズ	牛乳 とりにく チーズ しろいんげんまめのペースト スキムミルク ひじき なまクリーム ハム	アスパラガス にんじん たまねぎ しめじ ごぼう こまつな	647	2.4
					810	3.1
19 ・ 金	ごはん 牛乳 さばのてりやき ほうれんそうのおひたし ながいものすましじる★食育の日: 和食の基本献立	こめ さとう ながいも でんぷん	牛乳 さば かつおぶし とうふ	ほうれんそう もやし にんじん ごぼう だいこん えのきたけ ねぎ	631	1.8
					785	2.2
22 ・ 月	ごはん 牛乳 とりにくとやさいのみそいため もやしとあぶらあげのあえもの	こめ こめあぶら さとう でんぷん	牛乳 とりにく なまあげ あかみそ あぶらあげ	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが もやし にら	610	1.6
					780	2.1
23 ・ 火	ミニこくとうパン 牛乳 しょうゆラーメン [1食用ちゅうかめん] フルーツポンチ	パン (くろざとう) ちゅうかめん さとう	牛乳 ぶたにく かまぼこ わかめ	にんじん たまねぎ しめじ もやし にんにく ねぎ パイン缶 みかん缶 もも缶	626	2.8
					780	3.9
24 ・ 水	ポークカレーライス 牛乳 だいずとしらすのサラダ	こめ じゃがいも はちみつ こめこ さとう べにばなあぶら	牛乳 ぶたにく ヨーグルト だいず しらすぼし	たまねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ	618	1.9
					804	2.2
25 ・ 木	コッペパン 牛乳 サーモンフライ [1食用タルタルソース] だいこんサラダ ジュリアンスープ★かむかむ献立	パン こむぎこ パンこ なたねあぶら こめあぶら タルタルソース ごま さとう べにばなあぶら	牛乳 さけ とりにく	だいこん にんじん みずな キャベツ たまねぎ セロリ	691	2.7
					853	3.6
26 ・ 金	たけのこごはん 牛乳 4月のみそしる アーモンドあえ★今月のみそ汁	こめ さとう じゃがいも アーモンド	牛乳 あぶらあげ とりにく とうふ わかめ みそ ちくわ	たけのこ にんじん みつば たまねぎ キャベツ ねぎ ほうれんそう もやし	553	2.9
					717	3.9
30 ・ 火	ぶたにくどんぶり 牛乳 きりぼしだいこんのすのもの あまなつみかん	こめ さとう ごま ごまあぶら	牛乳 ぶたにく しらすぼし こんぶ	たまねぎ にんじん ねぎ なましいたけ いとこんにゃく キャベツ きりぼしだいこん こまつな あまなつみかん	588	1.6
					748	2.1

- * () 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。
- * 栄養表示として、エネルギーと塩分を掲載していますので、食生活の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。
- * 23 日 (火) 1 食用中華麺は、同じ製造ラインで、卵を使った麺、日本そばを製造しています。

入学・進級おめでとうございます！

今年度も、安全、安心でおいしい給食を提供するためにがんばります。

みんなで、楽しく、おいしく食べてくださいね！



- ◆4/21 に廿日市市で開催されるアジアスロ選手権大会の応援献立を実施します。
- ◆4/12「はつかいちのあまからヤンニョムチキン」は、おおのひがしょうがっこう 児童 考案したメニューです。
- ◆今年度は「今月のみそ汁」を毎月実施します。どんな旬の食材が入るのか、予想してみてください。

