



# 4月 給食予定献立表



吉川学校給食共同調理場

日付	こ ん だ て め い	お も な ざ い り ょ う			エネルギー (kcal) タンパク(g)			
		体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	エネルギーのもとになる(黄)				
10 (月)	ふたどん 豚丼 牛乳 春雨スープ ドライブルーネ 	牛乳 ベーコン	ぶたにく	たまねぎ ごぼう しょうが チンゲンサイ	にんじん ねぶかねぎ たまねぎ ブルーネ	こめ こんにやく はるさめ	むぎ さとう じゃがいも	711 23.9
11 (火)	さくら 桜ごはん 牛乳 がんもどきのそぼろ煮 きりぼ 切干し大根のはりはりづけ 	牛乳 がんもどき	ぶたにく うずらたまご	れんこん いんげん しいたけ きりぼしだいこん	にんじん さくらのほ グリーンピース きゅうり	こめ じゃがいも あぶら ごま	こんにやく さとう	615 21.3
12 (水)	むぎ 麦ごはん 牛乳 鶏つくね さわに 沢煮 椀 オレンジ 	牛乳 ぶたにく	とりにく あぶらあげ	たけのこ ごぼう ねぎ オレンジ	だいこん にんじん しょうが	こめ さとう ごまあぶら	むぎ かたくりこ	616 23.0
13 (木)	カレーライス 牛乳 ツナと大根のサラダ ひるぜん 蒜山ジャージーヨーグルト 	牛乳 ツナ	ぎゅうにく ヨーグルト	たまねぎ グリーンピース だいこん レモン果汁	にんじん にんにく りんご きゅうり	こめ じゃがいも カレールウ	むぎ あぶら マヨネーズ	771 29.1
14 (金)	入学・進級お祝い献立 くらまい 黒米ごはん 牛乳 魚のあんかけ すまし汁 お祝いいちごゼリー 	牛乳 かまぼこ	あかうお	たまねぎ えのきたけ しめじ	にんじん ねぎ しょうが	こめ もちごめ あぶら さとう	くろまい かたくりこ いちごゼリー	619 26.6
17 (月)	コーンバターライス 牛乳 ピザポテト ミートボールとキャベツのスープ 	牛乳 チーズ	ベーコン ミートボール	とうもろこし ピーマン たまねぎ エリンギ	にんじん にんにく キャベツ ほうれんそう	こめ バター	むぎ じゃがいも	654 23.2
18 (火)	お花見献立 ごもく 五目ちらし寿司(きざみのり) 牛乳 わかたけ汁 ミニ桜もち 	牛乳 とりにく	のり わかめ	にんじん れんこん いんげん たまねぎ	ごぼう しいたけ たけのこ ねぎ	こめ さくらもち	さとう	627 22.2
19 (水)	コッペパン 牛乳 ポークビーンズ グリーンサラダ いちごジャム 	牛乳 だいた	ぶたにく	たまねぎ マッシュルーム トマトピューレ とうもろこし	にんじん いんげん キャベツ ブロッコリー アスパラガス	こめ さとう いちごジャム	じゃがいも あぶら	721 29.2
20 (木)	むぎ 麦ごはん 牛乳 酢豚 ワンタンスープ 	牛乳	ぶたにく	たまねぎ たけのこ ピーマン はくさい	にんじん しいたけ あかピーマン きくらげ	こめ さとう あぶら	むぎ かたくりこ ワンタン	645 26.8
21 (金)	おやこ 親子丼 牛乳 わかめの酢の物 パナナ 	牛乳 こうやどうふ わかめ	とりにく たまご	たまねぎ しいたけ キャベツ パナナ	にんじん ねぎ もやし	こめ さとう	むぎ かたくりこ	644 25.9
25 (火)	むぎ 麦ごはん 牛乳 豚肉とたけのこの煮物 こんぶ和え カレーパリッシュ 	牛乳 うずらたまご	ぶたにく こんぶ	たけのこ にんじん いんげん キャベツ	だいこん しめじ ねぶかねぎ	こめ こんにやく ごま	むぎ さとう	594 28.4
26 (水)	コッペパン 牛乳 鶏肉の粒マスタード焼き チーズサラダ もち麦のスープ 	牛乳 ヨーグルト	とりにく チーズ	キャベツ にんじん チンゲンサイ	きゅうり たまねぎ	こめ さとう じゃがいも	あぶら もちむぎ	773 33.6
27 (木)	むぎ 麦ごはん 牛乳 さばの梅煮 ごま和え もずくのお汁 	牛乳 とうふ	さば もずく	うめぼし こまつな もやし たまねぎ	しょうが キャベツ にんじん えのきたけ	こめ ごま	むぎ さとう	678 29.0
28 (金)	カミカミ献立 げんまい 玄米ごはん 牛乳 ホキのカリカリフライ かりかり和え まいたけのみそ汁 	牛乳 とうふ みそ	ホキフライ あぶらあげ	キャベツ にんじん まいたけ ねぎ	きゅうり たくあん たまねぎ	こめ あぶら	げんまい ごま	647 21.5