



4月 こんだてひょう

目標	給食のきまりを守ろう	安全に気を付けてきまりを守って、準備・配膳・食事・下膳をしよう				清潔に準備・食事・片付けをしよう
日	こんだてめい	牛乳	行事	あかのなかま ちやにくになる	きいろのなかま ねつやちからのもとになる	みどりのなかま からだのちょうしをととのえる
9 水	ごはん さわらのねぎみそ焼き 春キャベツのおかかあえ 菜の花と桜の花見汁 よもぎ団子	○	しんきゅうの 進級お祝い こんだて 献立	ぎゅうにゅう、さわら みそ、おかか、かまぼこ とりにく、とうふ、きなこ	こめ、あぶら、さとう しらたま	ねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり だいこん、えのき、ほししいたけ、なのはな
10 木	チリコンカンライス ゼリーフライ 春野菜のスープ	○		ぎゅうにゅう、ぶたにく ベーコン、だいず、おから きんときまめ、とりにく	こめ、あぶら、さとう かたくりこ、じゃがいも パンこ、こむぎこ	パセリ、セロリー、たまねぎ、にんじん マッシュルーム、トマト、ピーマン ねぎ、キャベツ、いんげん
11 金	わかめうどん 魚とチーズの包み揚げ 大根サラダ	○		ぎゅうにゅう、わかめ あぶらあげ、とりにく なると、マンダイ チーズ、ハム	うどん、はるまきのかわ こむぎこ、あぶら、さとう	ほししいたけ、にんじん、ほうれんそう ねぎ、だいこん、コーン、きゅうり、たまねぎ
14 月	竹の子ごはん ししゃもの磯部揚げ 塩昆布あえ 新玉ねぎのみそ汁	○		ぎゅうにゅう、とりにく あぶらあげ、ししゃも あおのり、とうふ、みそ	こめ、あぶら、さとう こむぎこ	たけのこ、にんじん、だいこん、きゅうり たまねぎ、ねぎ、えのき
15 火	手作りカレーパン 鶏肉と春野菜のスープ煮 白玉入りサイダーボンチ	○		ぎゅうにゅう、ぶたにく だいず、とりにく ワインナー	こむぎこ、さとう、あぶら にゅうなしマーガリン パンこ、しらたま	にんじん、たまねぎ、しめじ だいこん、キャベツ、パセリ おうとう、みかんかん、パイかん
16 水	豚キムチチャーハン 棒餃子 中華風コーンスープ	○		ぎゅうにゅう、ぶたにく とうふ、たまご	こめ、あぶら、こまあぶら ごま、はるさめ、かたくりこ ぎょうざのかわ	にんじん、ねぎ、キムチ、にら しょうが、にんにく、コーン
17 木	カレーライス コーンフ레이크サラダ つぶつぶみかんゼリー	○	ねんがい 1年生 きょうしがいし 給食開始	ぎゅうにゅう、とりにく アガー	こめ、あぶら、じゃがいも さとう、こむぎこ コーンフ레이크	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん グリーンピース、キャベツ、もやし ほうれんそう、みかんかん
18 金	ゆかりごはん 新じゃがの肉じゃが のりのみそ汁	○		ぎゅうにゅう、ぶたにく あおさ、みそ	こめ、あぶら、こんにゃく じゃがいも	ほししいたけ、たまねぎ、にんじん たけのこ、しょうが、グリーンピース だいこん、えのき、ねぎ
21 月	スパゲッティミートソース 春キャベツのスープ いちごとチョコの米粉マフィン	○		ぎゅうにゅう、ぶたにく チーズ、ベーコン とうにゅう	スパゲッティ、あぶら こめこ、さとう はちみつ、チョコ	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム セロリー、トマト、バジル、パセリ キャベツ、レモン、いちご
22 火	ハニーレモントースト コーンクリームシチュー パリパリサラダ	○		ぎゅうにゅう、とりにく ベーコン、なまクリーム	パン、バター、はちみつ にゅうなしマーガリン さとう、じゃがいも、あぶら こむぎこ、ワンタンのかわ	レモン、にんじん、たまねぎ コーン、パセリ、キャベツ、もやし
23 水	マーボー豆腐丼 五目中華スープ 河内晩柑	○		ぎゅうにゅう、ぶたにく だいず、とうふ、みそ とりにく	こめ、あぶら、さとう かたくりこ、こまあぶら はるさめ	ねぎ、にんじん、たけのこ、こまつな ほししいたけ、にら、きくらげ、もやし かわちばんかん
24 木	鮭茶漬（アルファ化米） イカのかりんと揚げ ごまマヨサラダ	○	ぼうさいきょうし 防災教育 の 日 (26日)	ぎゅうにゅう、さけ いか、のり	アルファまい、ごま ふぶあられ、かたくりこ こまあぶら、さとう	みつば、キャベツ、きゅうり もやし、コーン
25 金	お赤飯 鶏のから揚げ 野菜のお浸し 紅白かまぼこのお吸い物 紅白大福	○	じョア 開校 まらんげ 記念日	ジョア、あすき、とりにく おかか、かまぼこ、とうふ	もちごめ、さとう かたくりこ	にんにく、しょうが、にんじん もやし、キャベツ、きゅうり、ほうれんそう だいこん、ほししいたけ、えのき
30 水	木島平村のごはん 豆腐ハンバーグ 野菜のごまあえ さつまいものめった汁	○		ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ だいず、とうふ、とうにゅう	こめ、あぶら、パンこ かたくりこ、さとう、こま こんにゃく、さつまいも	たまねぎ、にんじん、キャベツ もやし、ほうれんそう、ごぼう だいこん、ねぎ

※材料の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。

平均栄養価：エネルギー594kcal たんぱく質23.7g 脂質21.8g 食塩相当量2.8g