



こんげつのもくひょう…じゅんびやあとかたづけをしっかりとしよう

ひ に ち	よう び	しゅ しょく 主 食	き ゆう に ゆう	しゅ さい ふくさい 主 菜・副 菜・デザート	お も に し ょ う す る ざ い り ょ う			エネ ルギー kcal
					ねつやちから になるもの (きいろのなかま)	ちやきんにく をつくるもの (あかのなかま)	からだのちょうし をととのえる (みどりのなかま)	
11	水	おいおいごはん	○	さかなのねぎソース アーモンドあえ かきたまじる くだもの	こめ もちごめ ごま アーモンド さとう こむぎこ かたくりこ	ぎゅうにゅう さけ たまご とりにく	りんご はくさい こまつな キャベツ もやし わけぎ	654 29.5
12	木	しおやきそば	○	はるのいろどりサラダ さくらケーキ	ちゅうかめん あぶら さとう アーモンド バター こむぎこ	ぎゅうにゅう えび いか オイスター ぶたにく たまご	にんにく しいたけ コーン たけのこ こまつな キャベツ	653 25.7
13	金	はるごぼうごはん	○	さわらのなのはなやき わかめとうふのみそしる	こめ もちごめ マヨネーズ ごま ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう わかめ たまご さわら あぶらあげ とうふ	ごぼう にんじん いんげん たまねぎ こまつな しいたけ	631 29.4
16	月	ちゅうかどん	○	あおのりだいずポテト パインヨーグルト	こめ あぶら さとう じゃがいも ごまあぶら	ぎゅうにゅう うずら えび いか オイスター ヨーグルト だいず	セロリ パイン にんじん こまつな キャベツ もやし	695 27.1
17	火	ごはん ふりかけ	○	きびなごのからあげ はるやさいのうまに くだもの	こめ こむぎこ かたくりこ じゃがいも ごま アーモンド	ぎゅうにゅう きびなご とりにく かつおぶし	ごぼう たけのこ にんじん ふき しいたけ きぬさや	609 26.5
18	水	いちごジャムパン	○	ポテトコロケ ポイルキャベツ レタスとトマトのスープ	コッペパン ジャム じゃがいも あぶら パンこ こむぎこ	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく とりにく こんぶ	いちご にんじん たまねぎ レタス キャベツ トマト	689 24.9
19	木	カレーライス	○	かいそうサラダ くだもの	こめ じゃがいも あぶら パター こむぎこ あぶら	ぎゅうにゅう ピザチーズ ぶたにく わかめ	しょうが にんにく セロリ パセリ たまねぎ にんじん	747 22
20	金	にこみうどん	○	ツナとポテトのオムレツ うどやさいのごまあえ	なまうどん ごま じゃがいも あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう ちくわ チーズ たまご にぼし あぶらあげ	にんにく しいたけ ながねぎ にんじん うど こまつな	576 25.4
23	月	たけのこずし	ヨー グル ト	ちくわのてんぷら はるのすましじる ミックスナッツ	こめ こむぎこ ナッツ さとう かたくりこ じゃがいも	ヨーグルト かまぼこ のり とりにく あぶらげ	しいたけ かんぴょう たけのこ にんじん ながねぎ こまつな	590 19.8
24	火	わかめごはん	○	キャベツメンチカツ みそしる くだもの	こめ パンこ ごま こむぎこ あげあぶら	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく あぶらあげ わかめ	にんじん たまねぎ キャベツ だいこん ながねぎ こまつな	671 24.5
25	水	スパゲッティだいず ミートソース	○	ポテトのハニーサラダ くだもの	スパゲッティ あぶら バター こむぎこ じゃがいも はちみつ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず チーズ	にんにく きゅうり セロリ ピーマン たまねぎ トマト	721 24.6
26	木	きなこあげパン	○	とうふのごもくに くだもの くきわかめとコーンいため	パン グラニューとう あぶら かたくりこ ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう とうふ きなこ くきわかめ オイスター えび	にんじん たけのこ ながねぎ こまつな コーン にんにく	639 29.2
27	金	ちゅうかあおなごはん	○	いかのマリネ わかめスープ	こめ もちごめ あぶら ごまあぶら こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう わかめ いか オイスター とりにく ぶたにく	たけのこ こまつな ながねぎ しいたけ にんじん たまねぎ	590 26.8
アレルギー対応のお知らせ 学校給食では、「そば」「ピーナッツ」「キウイフルーツ」は提供していません。 ただし、食材の製造工場で「そば」「ピーナッツ」「キウイフルーツ」を含む製品を 製造していることがあります。								



ご入学、ご進級おめでとうございます。
希望いっぱいの春を迎え、子供たちの笑顔がはじけています。
給食室でも、おいしくて安全な給食作りを通して、子供たちの笑顔の
お手伝いをしたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。
年間給食回数は、(1年生187回 ・ 2～6年生192回)
1年生の給食開始は、4月18日(水)からです。



* 天候や納入の都合で、献立や食材の変更をすることもあります。ご理解の程、お願いいたします。

