

4がつぶんきゅうしょくこんだてよていひょう (しょうがっこう)

かみのかわちょうりつがっこうきゅうしょくセンター

ひづけ	たまご にゅう アレルギー	こ ん だ て め い		エネルギー たんぱく質 脂 質 塩 分	お も な ざ い り よ う		
		しゅしょく	ぎゅうにゅうは、まいにちです。 【★】の料理には卵アレルギーの代替食の提供があります。 【●】の乳が含まれるデザートには代替食の提供があります。		からだをつくる	からだのちょうしをととのえる	エネルギーのもとになる
8 (すい)		ミルク パン	マナーの日 かぼちゃグラタン だいこんサラダ ポークビーンズ	653 24.4 24.4 2.5	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず	にんじん ブロッコリー トマト たまねぎ だいこん グリンピース だいこん きゅうり	パン じゃがいも さとう あぶら
9 (もく)		ごはん	はるまき ホイコーロー エビボール入りわかめスープ	685 23.1 22.2 2.4	ぎゅうにゅう はるまき ぶたにく えびだんご みそ わかめ	ピーマン ほうれんそう ねぎ キャベツ たまねぎ しいたけ ほうれんそう	ごはん あぶら かたくりこ ごま ごまあぶら
10 (きん)		ごはん	はるをかんじるきゅうしょく ぎんだらのてりやき なのはなのからしあえ はるのみそしる さくらゼリー	658 25.1 21.4 2.3	ぎゅうにゅう ぎんだら あさり わかめ みそ あぶらあげ	なのはな こまつな にんじん ねぎ	ごはん さくらゼリー
13 (げつ)		むぎ ごはん	やさいかきあげ てんどんのたれ もやしとこまつなのおひたし どさんこじる	627 19.5 17.3 2.4	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ	にんじん たまねぎ こまつな ねぎ もやし コーン にんにく	ごはん むぎ ごま じゃがいも あぶら バター
14 (か)		ごはん	ポークしゅうまい (2) もやしのナムル セルフちゅうかどん (うずらたまごぬき)	640 29 17.4 2.5	ぎゅうにゅう しゅうまい ぶたにく えび	こまつな もやし にんじん しいたけ はくさい たけのこ たまねぎ グリンピース	ごはん あぶら さとう ごま かたくりこ ごまあぶら
15 (すい)	★	バター ロール	★スペインふうオムレツ やさいのパスタサラダ ビーンズシチュー	725 31.4 29.7 3	ぎゅうにゅう オムレツ とりにく こなチーズ いんげんまめ	にんじん コーン ブロッコリー えだまめ たまねぎ しめじ	パン マカロニ バター
16 (もく)		ごはん	アジフライ ソース ひじきのいために かんぴょうのみそしる	632 24 18.2 2.6	ぎゅうにゅう アジフライ だいず ひじき とりにく みそ あぶらあげ	にんじん しいたけ かんぴょう たまねぎ こまつな ねぎ	ごはん あぶら さとう
17 (きん)		ごはん	ハンバーグケチャップソースかけ フレンチサラダ コーンスープ	678 24.5 19.1 2.8	ぎゅうにゅう ハンバーグ ハム	ほうれんそう にんじん キャベツ コーン たまねぎ	ごはん さとう かたくりこ あぶら
20 (げつ)		せきはん ごましお	にゅうかく・しんきゅうおいわいきゅうしょく さんまのうめに はくさいのおかかあえ じゃがいものみそしる	638 24 18.9 2.8	ぎゅうにゅう さんま かつおぶし わかめ みそ	はくさい もやし こまつな にんじん たまねぎ ねぎ	せきはん ごま じゃがいも
21 (か)		ごはん	ササミチーズフライ きゅうりのゆかりあえ おにしめ	629 24.3 15.8 2.7	ぎゅうにゅう さつまあげ ササミチーズフライ	きゅうり だいこん にんじん ゆかり キャベツ ごぼう しいたけ	ごはん あぶら ごま さといも
22 (すい)		こめこ パン	やきそば にくだんごスープ	667 29 21.9 3.8	ぎゅうにゅう ぶたにく にくだんご	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ ほうれんそう もやし しいたけ にはら	パン ちゅうかめん あぶら はるさめ ごまあぶら
23 (もく)	★	ごはん	★ごもくあつやきたまご じゃがいものそぼろに ゆばとわかめのみそしる	637 25.3 18.4 2.1	ぎゅうにゅう あつやきたまご ぶたにく ゆば とうふ わかめ みそ	にんじん たまねぎ きぬさや ねぎ こまつな	ごはん じゃがいも あぶら さとう
24 (きん)		ナン	リクエストきゅうしょく (めいちゅう) ブロッコリーサラダ キーマカレー ミネストローネスープ いちごクレープ	639 27.4 24.3 2.2	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく ヨーグルト ベーコン	ブロッコリー キャベツ にんじん たまねぎ トマト しょうが にんにく グリンピース	ナン あぶら バター マカロニ
27 (げつ)		むぎ ごはん	さばのみそに こまつなとあぶらあげのごまいため けんちんじる	652 26.1 19.2 2.2	ぎゅうにゅう さば とうふ あぶらあげ	こまつな だいこん にんじん ごぼう ねぎ	ごはん むぎ さとう さといも あぶら ごまあぶら ごま
28 (か)	★	ごはん	★すぶた ワントンスープ アセロラゼリー	690 25.4 18.1 2.2	ぎゅうにゅう ぶたにく うずらたまご とりにく	にんじん ピーマン たまねぎ たけのこ しいたけ もやし キャベツ	ごはん かたくりこ あぶら さとう ワントン
30 (もく)		ごはん	かみかみきゅうしょく きびなごのカリカリフライ (2) ごまみそあえ あげボールとやさいのうまに	595 20.5 13.2 2.1	ぎゅうにゅう きびなご みそ あげボール	こまつな もやし にんじん たけのこ さやいんげん しいたけ	ごはん さとう ごま じゃがいも あぶら



◎小学校中学年一人一回あたりの学校給食摂取基準 エネルギー650kcal、たんぱく質26.8g、脂質18.0g、塩分2.0g
 ※ 献立は都合により変更になる場合があります。
 ※ 献立表にはおもな材料がのせてあります。それぞれの料理に使われている材料やアレルゲンについては
 献立詳細表を参考にしてください。

献立詳細表と内容等が変更になった料理についてお知らせします

- 4/15・・・ビーンズシチューからブロッコリーを抜きました。
- 4/17・・・フレンチサラダのコーンをにんにくに替えました。
- 4/20・・・「さんまのうめに」(アレルゲン：小麦・大豆)を提供します。
- 4/24・・・「みかんクレープ」(アレルゲン：大豆)を「いちごクレープ」(アレルゲン：大豆)に替えました。