



4月 献立表



給食回数16回

佐野市立南部学校給食センター

日 曜	献立名	主 な 材 料			小学校			
		体をつくるものになる	体の調子を整えるものになる		エネルギーのものになる	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
		あ か	みどり		きいろ			
8 月	ごはん とり肉の照焼き 昆布の五目豆 キャベツのみそ汁	牛乳 豚肉 大豆 ちくわ 油揚げ	牛乳 昆布	にんじん キャベツ たまねぎ	ごはん さとう 油	650	26.0	18.0
9 火	ごはん ソースカツ ほうれん草のおひたし 若竹汁 (小)アセロラゼリー (中)お祝いクレープ(いちごと豆乳のクレープ)	牛乳 豚肉 豆腐 (中)豆乳	牛乳 わかめ	ほうれんそう にんじん もやし たけのこ えのきたけ (小)アセロラ果汁 (中)いちご果汁	ごはん パン粉 (中)米粉	652	20.3	19.1
10 水	ミニ米粉パン しょうゆラーメン ポークしょうまい(小2個/中3個) チョコレートサラダ	牛乳 豚肉 なると	牛乳 のり	にんじん もやし とうもろこし ねぎ きゅうり キャベツ たまねぎ	パン だん粉 油 ごま ちゃんぽんめん ドレッシング 小麦粉	614	28.4	21.1
11 木	◆日本味めぐり～奈良県～◆ ごはん たらの竜田揚げ 奈良のつべ 大和汁	牛乳 たら 厚揚げ とりにく 豆腐	牛乳	にんじん ごまつな だいこん はくさい ねぎ しいたけ	ごはん だん粉 油 さとう さといも はるさめ	614	25.4	16.5
12 金	パンフキンコッペパン チキンピース ハムのマリネ 県産ヨーグルト	牛乳 とりにく 大豆 ハム	牛乳 チーズ ヨーグルト	にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ トマト缶	パン さとう 油 じゃがいも ドレッシング	694	28.6	25.5
15 月	ごはん セルフピビンパの具 わかめスープ オレンジ	牛乳 豚肉 豆腐 なると	牛乳 わかめ	にんじん だいずもやし ねぎ ほうれんそう たまねぎ オレンジ	ごはん 油 ごま	617	24.4	17.2
16 火	ごはん ポークカレー イタリアンサラダ (小)お祝いクレープ(いちごと豆乳のクレープ) (中)アセロラゼリー	牛乳 豚肉 ハム (小)豆乳	牛乳	にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ (小)いちご果汁 (中)アセロラ果汁	ごはん 油 じゃがいも ドレッシング (小)米粉	734	20.0	22.8
17 水	ミニココアコッペパン ペンネミートソース チキンナゲット(小1個/中2個) 和風ツナサラダ	牛乳 豚肉 大豆 とりにく ツナ	牛乳	にんじん たまねぎ グリンピース きゅうり キャベツ	パン 油 ごま マカロニ ドレッシング	691	26.6	24.6
18 木	ごはん 豚肉のうま煮 キャベツの塩昆布あえ じゃがいものみそ汁 (中)小魚	牛乳 豚肉	牛乳 昆布 わかめ (中)かたくちいわし	にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ	ごはん 油 さとう ごま油 じゃがいも	607	22.8	16.0
19 金	バターコッペパン オムレツ ワンタンスープ カラフルボンチ	牛乳 卵 豚肉	牛乳	にんじん ごまつな たまねぎ もやし りんご果汁 いちご果汁 みかん缶 パイン缶	パン 油 ワンタン	667	22.8	22.1
22 月	ごはん さばの文化干し焼き ひじきの炒り煮 けんちん汁	牛乳 さば 豚肉 油揚げ とりにく 豆腐	牛乳 ひじき	にんじん だいこん ごぼう ねぎ	ごはん 油 さとう さといも	689	26.3	25.9
23 火	ごはん マーボー豆腐 揚げぎょうざ(小1個/中2個) きゅうりともやしのサラダ	牛乳 豆腐 豚肉 大豆 とりにく ハム	牛乳	にんじん ねぎ キャベツ もやし きゅうり	ごはん さとう 油 ごま だん粉 小麦粉 ごま油	656	26.1	21.1
24 水	黒コッペパン 春野菜シチュー ブロッコリーサラダ レモンゼリー	牛乳 豚肉 ハム	牛乳	にんじん たまねぎ カリフラワー アスパラガス ブロッコリー キャベツ とうもろこし レモン果汁	パン 油 ごま じゃがいも ドレッシング	636	22.5	22.1
25 木	ごはん 親子煮 小松菜のごまあえ 大根のみそ汁	牛乳 とりにく 卵 凍り豆腐 油揚げ	牛乳 わかめ	にんじん ごまつな たまねぎ グリンピース もやし だいこん	ごはん 油 ごま さとう	617	24.0	18.4
26 金	ミルクコッペパン ドミグラスソースハンバーグ チキンサラダ コーンポタージュ	牛乳 とりにく 豚肉	牛乳 生クリーム	にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン さとう バター ごま ドレッシング	655	27.1	24.4
29 月	昭和の日							
30 火	ごはん 春巻き 野菜炒め ほうれん草と卵のスープ	牛乳 豚肉 卵 とりにく	牛乳	にんじん ほうれんそう キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ	ごはん さとう 油 小麦粉 だん粉 ごま油 はるさめ	687	21.2	24.0

※献立は都合により変更になることがあります。
 ※3月の給食で使用した以下の食材の放射性物質検査を実施しましたが、いずれも検出されませんでした。
 【たまねぎ、ねぎ、にんじん、きゅうり、もやし、キャベツ】
 ※保護者の皆様にご負担いただいている給食費は、すべて食材の購入にあてられています。
 未納とならないようご協力お願いいたします。
 ※食べ物を誤飲しないように、ご家庭でもよく噛んで食べることをご指導ください。
 また、給食で使用している魚は大きな骨は取り除いていますが、小骨が残っていることもあります。
 魚を食べる際には、気を付けて食べるようあわせてご指導ください。

**今月の『日本味めぐり』は
4月11日(木)奈良県です。**

奈良県

**ご入学・ご進級
おめでとうございます**

給食センター職員一同、みなさんが心待ちにしてくれるようなおいしく、安心安全な給食を届けたいと思っています。
 本年度も、ご理解とご協力をお願いいたします。

献立表確認のお願い

給食で初めて食べる食材はありますか？

食物アレルギーは、乳児がもつとも多く、年齢が上がると共に減少します。しかし、中には学童期以降にアレルギー症状があらわれる場合もあります。給食で初めて食べる食材がある場合は、体調のよい時に、まずは、家庭で食べることをおすすめします。

**●食物アレルギー
対応献立表について**

給食センターでは、食物アレルギー表示対象特定原材料28品目が詳細にわかる献立表を作成しておりますので、詳しい資料が必要な方は各学校にお申し出ください。