

4月献立表

日 曜	献立名	主な材料						学校給食摂取基準		
		主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	830	33.0	23.0
8 火	米粉パン チキンピーズ フレンチサラダ 県産ヨーグルト	牛乳 とり肉 大豆 ハム	牛乳 チーズ ヨーグルト	にんじん トマト	たまねぎ きゅうり キャベツ とうもろこし	米粉パン さとう じゃがいも	油 ドレッシング	801	36.1	29.9
9 水	ごはん ソースカツ 切干し大根の煮つけ かきたま汁 義) さくらゼリー (さくらんぼとレモンのゼリー) 中) お祝いいちごクレープ (豆乳クリーム)	牛乳 ふた肉 油あげ たまご とうふ 豆乳	牛乳	にんじん ほうれんそう	切干し大根 ねぎ 義) さくらんぼ果汁 レモン果汁 中) いちご果汁	ごはん さとう でんぷん パン粉	油	932	29.4	29.5
10 木	ミニチーズコッペパン しょうゆラーメン 春巻き チョレギサラダ	牛乳 ふた肉 なると	牛乳 チーズ のり	にんじん	もやし ねぎ とうもろこし きゅうり キャベツ たまねぎ	パン ちゅうかめん はるまきの皮	油 ごま ドレッシング	776	27.9	32.2
11 金	◆日本味めぐり～福岡県～◆ もち麦ごはん さばの塩焼き 水炊き あちら漬	牛乳 さば とり肉 とうふ	牛乳	にんじん こまつな	だいこん きゅうり キャベツ ねぎ えのきたけ しいたけ	ごはん もち麦 さとう	油	820	32.8	28.6
14 月	ごはん なつとう 肉じゃが 小松菜のいそかあえ	牛乳 ふた肉 なつとう	牛乳 のり	にんじん	たまねぎ もやし グリーンピース こまつな	ごはん さとう じゃがいも	油	789	28.3	16.2
15 火	パンブキンコッペパン ミートオムレツ 和風ツナサラダ ミネストローネ	牛乳 ふた肉 とり肉 たまご ツナ ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん トマト かぼちゃ	キャベツ きゅうり たまねぎ しめじ	パン さとう マカロニ	油 ごま ドレッシング バター	765	30.4	27.3
16 水	ごはん ポークカレー 華風サラダ 義) お祝いいちごクレープ (豆乳クリーム) 中) さくらゼリー (さくらんぼとレモンのゼリー)	牛乳 ふた肉 ハム 義) 豆乳	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり もやし 義) いちご果汁 中) さくらんぼ果汁 レモン果汁	ごはん さとう じゃがいも はるさめ	油 ごま油	844	23.1	18.8
17 木	バターコッペパン ドミグラスソースハンバーグ 大根のマリネ コーンポタージュ	牛乳 とり肉 ふた肉 ハム	牛乳 生クリーム	にんじん	たまねぎ だいこん きゅうり とうもろこし	パン さとう	油 バター ドレッシング	811	27.9	33.9
18 金	ごはん さけの西京みそフライ ひじきのいり煮 のっぺい汁	牛乳 さけ みそ 油あげ ふた肉 とり肉 とうふ	牛乳 ひじき	にんじん	だいこん しめじ ねぎ	ごはん パン粉 さとう さといも でんぷん	油	832	27.6	24.5
21 月	ごはん ふた肉のうま煮 ほうれん草のごまあえ わかめのスープ	牛乳 ふた肉 とり肉	牛乳 わかめ	にんじん ほうれんそう	たまねぎ もやし ねぎ	ごはん さとう	油 ごま	771	31.1	20.6
22 火	黒食パン スパゲティナポリタン ハッシュドポテト 2c イタリアンサラダ	牛乳 ふた肉 ハム	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース きゅうり キャベツ	パン スパゲティ じゃがいも	油 バター ドレッシング	825	28.5	27.5
23 水	ごはん 親子煮 キャベツの塩こんぶあえ 大根と小松菜のみそ汁 小魚	牛乳 とり肉 たまご こや豆腐 油あげ みそ	牛乳 こんぶ カタクチイワシ	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ グリーンピース きゅうり だいこん	ごはん さとう	油 ごま油 ごま	806	32.6	21.7
24 木	ココアコッペパン 春野菜シチュー フロッコリーサラダ マスカットゼリー チキンナゲット 2c	牛乳 とり肉 ハム	牛乳	にんじん フロッコリー	たまねぎ キャベツ アスパラガス カリフラワー とうもろこし マスカット果汁	パン さとう じゃがいも	油 バター ドレッシング ごま	844	30.3	31.6
25 金	ごはん たらのカレー竜田揚げ 五目きんぴら はるさめと肉団子のスープ	牛乳 たら ふた肉 とり肉 さつまあげ	牛乳	にんじん こまつな	ごぼう キャベツ しいたけ	ごはん さとう でんぷん はるさめ	油	769	30.5	17.8
28 月	ごはん マーボー豆腐 ポークしゅうまい 2c もやしのナムル	牛乳 豆腐 ふた肉 大豆 みそ ハム	牛乳	にら にんじん	ねぎ 大豆もやし もやし	ごはん さとう でんぷん しゅうまいの皮	油 ごま油	813	34.4	22.1
30 水	ごはん ハッシュドポーク 海そうサラダ プリン	牛乳 ふた肉 たまご	牛乳 生クリーム わかめ とさかのり	にんじん	たまねぎ しめじ グリーンピース キャベツ きゅうり	ごはん じゃがいも	油 バター ごま ドレッシング	826	25.3	19.8

※食材料購入の都合により、献立を一部変更する事があります。
※食べ物を誤飲しないように、ご家庭でも、よくか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、小骨が残っている場合もあります。気をつけて食べましょう。

●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。

ご入学・ご進級
おめでとうございます



◆日本味めぐり◆
4月11日(金)
福岡県