



# 4月献立予定表

日 よび 曜日	献立名	飲み物	黄の仲間 熱や力の元になる	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える
10月	ごまゆかりごはん	MILK	米、むぎ、ごま		ゆかり
	春野菜と鶏肉のうま煮		さとう、新じゃがいも	鶏肉、生揚げ、うすらの卵	こんにゃく、にんじん、新たけのこ、ふき、たまねぎ、さやいんげん
	くだもの(清見)				清見
11月	ひじきごはん	MILK	米、むぎ、ごま油、油、さとう	油揚げ、ひじき	にんじん、ごぼう、干しいたけ
	魚のネギ塩麹焼き		さとう	さば	ねぎ
	コーンポテト		じゃがいも、バター		ホールコーン、パセリ
12月	野菜のおかかあえ	MILK		かつお削り節	こまつな、キャベツ、もやし、にんじん
	キムチチャーハン		米、むぎ、油、ごま油	豚肉	しょうが、にんにく、たまねぎ、エリンギ、にんじん、新たけのこ、ねぎ、キムチ、にら
	かきたま汁		でん粉	豆腐、鶏卵	干しいたけ、にんじん、ねぎ、万能ねぎ
13日 1年生 給食開始	カレーライス	MILK	米、むぎ、油、じゃがいも、バター、小麦粉	鶏肉	にんにく、しょうが、たまねぎ、セロリー、にんじん、りんご
	こんにゃくとツナのサラダ		さとう、ごま	ツナ	サラダこんにゃく、きゅうり、キャベツ、にんじん、たまねぎ
	こぎつねごはん		米、むぎ、さとう	鶏肉、油揚げ	にんじん、万能ねぎ
14日	豆腐となめこのみそ汁	MILK		豆腐	たまねぎ、にんじん、なめこ、ねぎ、こまつな
	和風サラダ		油、ごま油、さとう、ごま	わかめ、ちくわ	キャベツ、きゅうり、だいこん、にんじん
	スパゲッティー大豆入りミートソース		スパゲッティー、油	ベーコン、鶏ひき肉、豚肉、大豆	にんにく、たまねぎ、セロリー、にんじん、たけのこ、マッシュルーム、ピーマン
17日	イタリアンサラダ	MILK	油、オリーブ油、さとう		にんじん、スナップえんどう、キャベツ、きゅうり、たまねぎ
	アップルゼリー		さとう	粉寒天、粉ゼラチン	りんごジュース、りんご缶
	あげパン(きなこ)		コッペパン、油、さとう	きなこ	
18日	春野菜のポトフ	MILK	じゃがいも	ベーコン、鶏肉	たまねぎ、にんじん、たけのこ、キャベツ、ふき、ホールコーン、スナップえんどう
	くだもの(清見)				清見
	中華丼		米、むぎ、油、さとう、でん粉、ごま油	豚肉、いか、えび、うすら卵	にんにく、しょうが、干しいたけ、たけのこ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、チンゲン菜
19日	きゅうりと大根の中華味	MILK	さとう、ごま油、ごま		きゅうり、だいこん
	フルーツポンチ		さとう		みかん缶、パイナップル缶、黄桃缶、いちご
	たけのこごはん		米、もち米、さとう	油揚げ、鶏肉	新たけのこ、にんじん、さやえんどう
20日	豆腐とわかめのすまし汁	MILK	ふ	わかめ、豆腐	にんじん、だいこん、ねぎ
	きびなごのからあげ		小麦粉、でん粉、油	きびなご	
	コロッケパン(セルフ)		コッペパン、じゃがいも、油、小麦粉、パン粉、油	豚肉、鶏ひき肉、スキムミルク、粉チーズ	たまねぎ、にんじん
21日	キャベツとわかめのスープ	MILK		ベーコン、わかめ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、えのきたけ、ホールコーン、万能ねぎ
	くだもの(甘夏)				甘夏みかん
	三色ジャムサンド(ブルーベリー・イチゴ)		食パン、ブルーベリージャム、いちごジャム		
24日	コーンシチュー	MILK	油、じゃがいも、バター、小麦粉	鶏肉、牛乳、粉チーズ	たまねぎ、にんじん、しめじ、マッシュルーム、クリームコーン、ホールコーン
	グリーンサラダ		油、さとう		キャベツ、ブロッコリー、きゅうり、たまねぎ
	わかめごはん		米、むぎ、ごま	わかめ	
25日	肉じゃがうま煮	MILK	油、さとう、じゃがいも	豚肉、凍り豆腐	たまねぎ、にんじん、こんにゃく、スナップえんどう
	カブのレモンしょうゆかけ				かぶ、かぶの葉、レモン
	山菜ピラフ		米、むぎ、油、さとう、バター	鶏肉	にんじん、たけのこ、山菜水煮
26日	もずくとちくわのみそ汁	MILK		ちくわ、沖繩もずく	しょうが、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、万能ねぎ
	お豆かりんとう		さつまいも、でん粉、油、さとう、ごま	大豆	
	じゃこ梅茶漬け		米、むぎ、ごま	ちりめんじゃこ、刻みのり	梅干し、万能ねぎ
27日 2年遠足	春巻き	MILK	春巻の皮、油、春雨、でん粉、ごま油	豚肉	にんにく、しょうが、新たけのこ、にんじん、干しいたけ、キャベツ
	くだもの(なつみ)				なつみ
	和風カレー(つけ)うどん		油、さとう、でん粉、冷凍うどん	豚肉、かまぼこ、油揚げ	たまねぎ、にんじん、干しいたけ、ねぎ、こまつな
28日 5年遠足	春キャベツのゆかりあえ	MILK	ごま		にんじん、キャベツ、ゆかり
	明日葉あずき蒸しパン		小麦粉、油、さとう、甘納豆	鶏卵、牛乳	明日葉の粉

★本校の給食で使用している食パン、コッペパンは北海道産の小麦粉を原材料にして製造されたものです。