



日付 曜日	献立名	主な働きと材料名						栄養価		
		体をつくる基になる		体の調子を整える基になる		エネルギーの基になる		エネルギー	たんぱく質	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
6 (火)	始業式									
7 (水)	ハヤシライス(白) 牛乳 ブロッコリーのサラダ	牛肉	牛乳	ブロッコリー	たまねぎ マッシュルーム	はくさい	こめ 砂糖	植物油	687 18.9	
8 (木)	黒砂糖パン 牛乳 シュリアンスープ ジャーマンポテト りんご	とり肉 ウィンナー	牛乳	にんじん パセリ	キャベツ コーン りんご	たまねぎ セロリー	黒砂糖 じゃがいも 砂糖	油	632 20.3	
9 (金)	ごはん 牛乳 筑前煮 大根の酢の物	とり肉 てんぷら	牛乳	にんじん インゲン	ほうれん草	だいこん ごぼう コーン	板こんにゃく れんこん 椎茸	こめ 里芋 砂糖	ごま 油	599 19.8
12 (月)	小コッペパン 牛乳 ちゃんぽん 大豆といりこの揚げ煮	大豆 かまぼこ てんぷら ぶた肉	牛乳 煮干	にんじん ねぎ	キャベツ もやし	たまねぎ	コッペパン ちゃんぽん でん粉 砂糖	油 ごま	602 26.5	
13 (火)	チキンカレー(白) 牛乳 コールスローサラダ ぶどうゼリー	とり肉	牛乳	にんじん	たまねぎ おろしりんご	キャベツ コーン	こめ じゃがいも 砂糖・ゼリー はちみつ	カレールー 植物油	676 17.4	
14 (水)	たけのこごはん 牛乳 キャベツのみそ汁 ぶりフライ ゆかりあえ	厚揚げ・油揚げ ぶりフライ 麦みそ とり肉	牛乳	にんじん	もやし たけのこ 椎茸	キャベツ えのきたけ	こめ 砂糖	油	684 27.9	
15 (木)	コッペパン 牛乳 コーンのスープ トマトオムレツ 野菜ソテー いちごジャム	オムレツ とり肉	牛乳	ほうれん草 にんじん	キャベツ もやし	たまねぎ コーン	コッペパン いちごジャム じゃがいも	油	636 22.8	
16 (金)	歓迎遠足									
19 (月)	米粉パン 牛乳 ポークビーンズ アスパラサラダ	大豆 ぶた肉	牛乳	にんじん アスパラガス ダイオウ	たまねぎ コーン	キャベツ	米粉パン じゃがいも 砂糖	油	601 23.4	
20 (火)	親子丼(麦) 牛乳 甘酢キャベツ	卵 とり肉 凍り豆腐	牛乳 昆布	にんじん グリルピーズ	たまねぎ 椎茸	キャベツ	こめ むぎ でん粉 砂糖	ごま	607 24.5	
21 (水)	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 きゅうりと春雨の酢の物	豆腐 牛肉 ぶた肉 赤みそ・米みそ	牛乳	にんじん にら	たまねぎ たけのこ	きゅうり 椎茸	こめ はるさめ 砂糖 でん粉	ごま油 油 ごま	633 24.1	
22 (木)	小コッペパン 牛乳 スープスパゲティ フルーツミックス	とり肉	牛乳 粉チーズ	にんじん ほうれん草	たまねぎ コーン パイン マッシュルーム	バナナ みかん 黄桃	コッペパン スパゲティ	油	624 22.2	
23 (金)	ごはん 牛乳 豚汁 さばの塩焼き いんげんのごまあえ	さば 厚揚げ 麦みそ ぶた肉	牛乳	インゲン にんじん ねぎ	もやし ごぼう	板こんにゃく	こめ じゃがいも 砂糖	ごま	681 29.3	
26 (月)	パーカーハウスパン 牛乳 ゆで野菜 コーンクリームスープ ハンバーグ	ハンバーグ とり肉	牛乳	にんじん グリルピーズ	キャベツ たまねぎ	コーン マッシュルーム	パーカーハウス じゃがいも 砂糖	油	677 26.5	
27 (火)	麦ごはん 牛乳 肉じゃが おひたし オレンジ	ぶた肉	牛乳	ブロッコリー にんじん インゲン	つきこんにゃく オレンジ	たまねぎ もやし	じゃがいも こめ むぎ 砂糖	油	631 18.3	
28 (水)	少なめごはん 牛乳 カレーうどん チキンとわかめのサラダ	鶏ほぐし身 とり肉 油揚げ	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ	キャベツ きゅうり	たまねぎ ごぼう	うどん こめ 砂糖 でん粉	カレールー ごま	616 21.1	
30 (金)	ごはん 牛乳 若竹汁 かつおフライ 即席漬け かしわもち	かつおフライ 豆腐	牛乳 わかめ	にんじん	たけのこ キャベツ えのきたけ	たまねぎ きゅうり	こめ かしわもち	油	637 24.0	



色とりどりの花が春の日差しを受けて咲き誇るなか、新学期がスタートしました。子どもたちも春の光のように、明るく元気いっぱいです。新しい学年、新しい教室、新しい教科書、新しい先生…気持ちまで新しくなってわくわくしてきますね。
日々成長している子どもたち。1日1日を大切に、からだも心も大きくなってほしいと思います。給食室もおいしく楽しい給食作りで応援します。

4月の献立について

- 新入生の歓迎として、1年生給食開始日は、食べやすいメニューにし、お祝いゼリーをつけています。
- 学校給食がはじめての小学1年生が食べやすい献立にしています。
- 季節の献立として、「たけのこごはん」「アスパラサラダ」を実施します。
- 30日は【5月5日端午の節句】の行事食献立にしています。
- その他、季節の食材、地場産物を取り入れた献立にしています。

☆新1年生給食開始日☆ 【中学校】8日(木) 【小学校】13日(火)

※ 献立表は見やすい所にはってご活用ください。
※ 献立・食材は状況によって変更することがあります。あらかじめご了承ください。