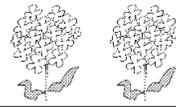


4月 給食献立予定表



日付	こんだてめい			おもなざいりょう			加- (kcal) 卵白 (g) 脂質 (g) 塩分 (g)	家庭で補ってほしい食品
	主食	牛乳	おかず・デザート	おもに体をつくる もとなる食品	おもに体の調子を 整えるもとなる食品	おもにエネルギーの もとなる食品		
★ 4月分の給食費は、5月分と合算で、5/8(月)に引き落としされます。ご確認ください。★								
春の献立①								
10 (月)	ごはん (菜の花ふりかけ)	○	ぶたにくのくわやき ごぼうサラダ しんたまねぎのみそしる	牛乳 ぶたにく シーチキン とうふ みそ あぶらあげ わかめ	にんにく ごぼう にんじん たまねぎ ねぎ きゅうり なのはな	ごはん しちみ ノンエッグマヨネーズ ふりかけ ごま	654 27.4 24.4 2.43	緑黄色野菜 果実類
11 (火)	入学式 おめでとうございます							
12 (水)	ジャージャーめん	○	はなしゅうまい かいそうサラダ てづくりあんにとろろ	牛乳 ぶたにく みそ かいそうミックス なまクリーム かんてん	しいたけ にんにく しょうが にんじん ねぎ たまねぎ キャベツ きゅうり コーン レモンじり みかん	めん でんぶん ごま しゅうまいのかわ(こむぎ) パンこ アーモンドオイル ツマグツ ヲバツツ	776 33.3 25.7 2.55	魚介類 いも類
13 (木)	キャロットピラフ	○	さけのグラタンふう ラビオリスープ かみかみグミ(ぶどう)	牛乳 とりにく さけ チーズ	にんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ キャベツ セロリー コーン こまつな パプリカ	ごはん こむぎこ バター パンこ グミ ラビオリ(こむぎこ)	610 27.6 16.7 2.01	海藻類 豆・豆製品
入学おめでとう献立								
14 (金)	ポークカレー	○	まめまめサラダ おいわいクレープ(いちご)	牛乳 ぶたにく だいす	にんにく しょうが たまねぎ にんじん トマト りんご チャツネ キャベツ コーン えだまめ いちご(ジュレ)	ごはん カレーコ ルウ じゃがいも ガラムマサラ ソース クレープ	728 24.4 23.6 1.55	魚介類 きのこ類
17 (月)	ごはん	○	チンジャオロース ワンタンスープ てづくりカルピスゼリー	牛乳 ぶたにく かんてん	にんにく しょうが たけのこ ピーマン パプリカ たまねぎ チンゲンサイ しいたけ パイン にんじん	ごはん でんぶん ワンタン(こむぎ) カルピス オイスターソース	623 25.3 16.3 1.71	いも類 豆・豆製品
春の献立②								
18 (火)	たけのこごはん	○	さわらのごまみそやき ほうれんそうのごまあえ すましじる	牛乳 あぶらあげ さわら ちくわ とうふ かつおぶし かまぼこ	たけのこ にんじん しょうが にんにく ほうれんそう もやし だいこん ねぎ こまつな しいたけ	ごはん ごま ごまあぶら	572 29.4 16.7 2.69	果実類 いも類
19 (水)	やきにくどん	○	だいずもやしナムル わかめスープ	牛乳 ぶたにく わかめ なた	にんにく しょうが たまねぎ グリンピース だいずもやし もやし こまつな ねぎ にんじん	ごはん ごま ごまあぶら	568 24.2 17.9 2.79	きのこ類 豆・豆製品
春の献立③								
20 (木)	ナポリタン スパゲティ	○	はるやさいのスープ とうふドーナツ(2こ)	牛乳 ベーコン ウインナー こなチーズ ミートボール とうふ	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム トマト かぶ キャベツ アスパラ	スパゲティ ソース あかワイン じゃがいも ホットケーキミックス あぶら さとう	638 23.3 21.9 2.23	根菜類 果実類
21 (金)	ごはん	○	さばのカレーやき こまつなのなっとうあえ みそけんちんじる	牛乳 さば のり なっとう なまあげ みそ	たまねぎ こまつな もやし ごぼう もやし にんじん だいこん ねぎ	ごはん カレーこ さといも こんにやく	580 28.9 17.9 1.52	海藻類 緑黄色野菜
24 (月)	ごはん	○	なまあげのマーボーいため はるさめスープ ひとくちゼリー(ぶどう)	牛乳 ぶたにく なまあげ とりにく みそ	ねぎ しょうが にんにく にら たけのこ にんじん しいたけ はくさい	ごはん ごまあぶら ツマグツ ヲバツツ でんぶん はるさめ ゼリー	597 23.4 18.5 2.07	魚介類 緑黄色野菜
25 (火)	しょくパン	○	しるみフライ ポテトサラダ ポークビーンズ	牛乳 ホキ だいす ぶたにく なまクリーム	きゅうり にんじん コーン たまねぎ にんにく えだまめ トマト ローレル パプリカ パセリ	パン あぶら じゃがいも ソース ノンエッグマヨネーズ	682 26.6 26.7 2.68	海藻類 果実類
26 (水)	ごはん	○	とりつくね ひじきとだいずのいそに なめこじる	牛乳 とりにく とうふ ひじき だいす あぶらあげ わかめ みそ	にんじん たまねぎ しょうが えだまめ なめこ ねぎ	ごはん パンこ でんぶん こんにやく	642 28.1 20.9 2.29	根菜類 果実類
27 (木)	ガーリックピラフ	○	かぼちゃのチーズやき ABCスープ てづくりオレンジゼリー	牛乳 ぶたにく チーズ ベーコン かんてん	にんにく たまねぎ コーン グリンピース かぼちゃ にんじん セロリー みかん パセリ	ごはん むぎ バター じゃがいも パンこ マカロニ さとう	683 21.6 19.6 2.39	魚介類 豆・豆製品
28 (金)	わかめごはん	○	レバーとポテトのみそあえ わふうサラダ すいとんじる	牛乳 わかめ ぶたレバー みそ あぶらあげ のり	しょうが ほうれんそう ねぎ もやし えのき にんじん しいたけ だいこん こまつな	ごはん じゃがいも でんぶん ごま あぶら すいとん(こむぎ)	650 27.1 15.8 2.03	果実類 根菜類

※主な材料で基本調味料となる【砂糖、醤油、酒、和風だし、中華だし、コンソメ、塩、こしょう、油など】は明記していません。

ただし、揚げ物やデザートで使用する油(大豆油)や砂糖は、普段より多く使用するため明記している場合があります。

ご入学・ご進級おめでとうございます。

新入生を迎え、新年度が始まります。心も体も大きく成長するためには、健康が第一条件です。

その中でも「食事」は、体だけでなく心の健康にも繋がります。給食では、栄養バランスはもちろんのこと、

心も満たされる笑顔溢れる給食を目指し、安心安全で楽しく、おいしい給食を調理員さんと共に力を合わせて

給食作りに取り組みますので、どうぞよろしくお願ひします。



おうちの方へ ★給食室からのお願い★

- 清潔なマスクの持参もお願いします。
- 毎日、清潔な箸とナプキンを持たせてください。
- 給食当番の順番が回ってきましたら、白衣・帽子の洗濯をお願いします。
- 初めて口にする食材の可能性がありますので、毎月配布するこの給食予定献立表の「おもなざいりょう」で確認をお願いします。

今月の白井市産：お米・小松菜

【アレルギーについて】

桜台小学校は、卵の除去食と飲用牛乳の停止のみ対応しています。

それ以外のアレルギーに関しては対応しておりません。

詳しくは、栄養士(落合)までご連絡ください。

※4月の献立については、卵を使用していないアレルギーフリーで作っています。