

# 4月のこんだて

在校生用

今月の給食目標「協力して準備、後片付けをしよう」

| 月  | 火  | 水   | 木  | 金  |
|--|--|---|--|--|
|  | 7<br>着任式・始業式<br>※給食はありません  | 8<br>・米粉コッペパン<br>(乳・小麦・大豆・豚肉)<br>・米粉中華風コンソメスープ<br>(たまご・鶏肉・大豆・ごま)<br>・ポテト&ポークのココロソルト<br>(小麦・豚肉)                                    | 9<br>・ごはん<br>・豆腐とベーコンの中華煮<br>(小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごま)<br>・ほうれん草のおひたし<br>(小麦・大豆)<br>・グレープフルーツ      | 10<br>・丸コッペ切込みパン<br>(乳・小麦・大豆・豚肉)<br>・ポテトスープ<br>(乳・大豆・鶏肉・豚肉)<br>・えびまるまるカツ<br>(小麦・えび・大豆)<br>・温野菜(ソースあえ)<br>(りんご) |
|  |  | 653kcal   | 601kcal  | 555kcal  |
| 13<br>・ごはん<br>・カレー<br>(乳・小麦・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご)<br>・福神漬け<br>(小麦・大豆)<br>・二色フルーツ<br>(レトルトパイナップル・レトルトみかん) | 14<br>・ごはん<br>・四湖豆腐<br>(小麦・大豆・鶏肉・豚肉)<br>・三色あえ<br>(小麦・大豆)   | 15<br>・ソフトフランスパン<br>(小麦)<br>・マカロニクリーム煮<br>(乳・小麦・大豆・豚肉・ゼラチン)<br>・ハンバーグカクテルソース<br>(大豆・鶏肉・豚肉・りんご)<br>・ブロッコリー<br>・はちみつレモンゼリー          | 16<br>・赤飯<br>(ごま)<br>・キャベツたっぷり豚汁<br>(大豆・豚肉・ごま)<br>・煮合わせ<br>(小麦・大豆)<br>・清見オレンジ<br>入学と進級をお祝いする献立 | 17<br>・小ごはん<br>・うどん<br>(小麦・大豆・豚肉)<br>・えびの天ぷら(1人2本)<br>(小麦・えび・大豆)<br>・バナナ<br>(バナナ)                              |
| 647kcal  | 607kcal  | 753kcal   | 645kcal  | 593kcal  |
| 20<br>・ごはん<br>・肉じゃが(みそ味)<br>(小麦・大豆・豚肉)<br>・さばみぞれ煮<br>(小麦・さば・大豆)                                      | 21<br>・ごはん<br>・すりみ入りすまし汁<br>(小麦・さば・大豆)<br>・豚丼の具<br>(小麦・さば・大豆・豚肉)<br>・スライスパン  | 22<br>・米粉コッペパン<br>(乳・小麦・大豆・豚肉)<br>・アルファベットスープ<br>(小麦・牛肉・大豆・豚肉)<br>・ミックスポテト(乳・大豆・豚肉)<br>・ミニトマト(1人2個)<br>・焼きプリンタルト<br>(たまご・卵・小麦・大豆) | 23<br>・ごはん<br>・親子煮<br>(卵・小麦・大豆・鶏肉)<br>・ごまあえ<br>(小麦・大豆・ごま)<br>・グレープフルーツ                         | 24<br>・小ごはん<br>・しょうゆ野菜ラーメン<br>(小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま)<br>・小籠包<br>(小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま)<br>・アーモンド(アーモンド)<br>・バナナ(バナナ)       |
| 657kcal  | 633kcal  | 626kcal   | 590kcal  | 641kcal  |
| 27<br>・ごはん<br>・おでん<br>(卵・小麦・大豆)<br>・ホッケフライ<br>(小麦・大豆)<br>・オレンジ<br>(オレンジ)                             | 28<br>・ごはん<br>・シーフードカレー<br>(乳・小麦・えび・いか・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご)<br>・福神漬け(小麦・大豆)<br>・フルーツカクテル(もも)<br>(レトルト黄桃・レトルトパイナップル・レトルトみかん・寒天・三温糖・赤ワイン) | 29<br>昭和の日  | 30<br>・ごはん<br>・のっぺい汁<br>(小麦・大豆)<br>・厚焼き卵<br>(たまご・卵・小麦・大豆)<br>・野菜ふりかけ<br>(たまご・卵・小麦・大豆・ごま)       | ☆今月の平均栄養価(中学年)<br>◇エネルギー: 638kcal<br>◇たんぱく質: 25.4g<br>◇脂質: 20.1g<br>◇塩分: 2.2g<br>※毎日の栄養価は、中学年分を記載しています。        |
| 695kcal  | 691kcal  |   | 621kcal  |  |

- \* すべての日に、牛乳(200ml)がつかます。
- \* 物資の都合により、献立が一部変更になる場合があります。
- \* ( )の中は、食物アレルギーの原因となる食べ物です。