

# 給食献立表 4月



坂町立横浜小学校



日 曜	献立名	赤 血や骨・肉になる食品	緑 体の調子を整える食品	黄 カや体温になる食品	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)	日 曜	献立名	赤 血や骨・肉になる食品	緑 体の調子を整える食品	黄 カや体温になる食品	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)	
8 水	給食はおやすみです						20 月	ごはん 牛乳 豚肉とチンゲンサイの炒め物 肉団子とキャベツのスープ	牛乳 豚肉 ミートボール	チンゲンサイ たまねぎ にんじん だけのご キャベツ ぶなしめじ にら にんにく	米 油 さとう ごま油	553 20.2 17.0
9 木	給食はおやすみです						21 火	ごはん 牛乳 さばの Tandriーグリル にらもやしスープ	牛乳 さば ヨーグルト	もやし にんじん たまねぎ えのきたけ にら	米 白いりごま ごま油	550 27.9 16.1
10 金	(ごはん) 牛乳 親子丼 ツナと野菜のごま和え	牛乳 鶏肉 鶏卵 かまぼこ ツナ	たまねぎ にんじん 葉ねぎ こまつな キャベツ	米 さとう かたくり粉 白すりごま	600 26.1 18.9	22 水	リッチパン 牛乳 ポークビーンズ ひじきのごまマヨネーズ	牛乳 豚肉 大豆 ひじき 鶏ささみフレーク	たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ きゅうり	リッチパン 油 じゃがいも さとう 白すりごま ノンエッグマヨネーズ	691 27.6 31.6	
13 月	ごはん 牛乳 鱈の香草マヨ焼き かきたま汁	牛乳 さわら 木綿豆腐 鶏卵 わかめ	にんじん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 かたくり粉 ノンエッグマヨネーズ	560 26.8 17.2	23 木	(ごはん) 牛乳 チキンカレーライス 春キャベツのフレンチサラダ	牛乳 鶏肉 チーズ チキンハム	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり ホールコーン缶 にんにく	米 じゃがいも 油 さとう	593 19.5 18.4	
14 火	ごはん 牛乳 海軍さんの肉じゃが もやしときゅうりのサラダ	牛乳 牛肉 さつま揚げ ツナ 海藻ミックス	たまねぎ さやいんげん もやし きゅうり にんじん	米 じゃがいも しらたき 油 さとう ごま油	582 23.1 15.1	24 金	小型パインパン 牛乳 山菜うどん かぼちゃコロッケ	牛乳 鶏肉 油揚げ かまぼこ	干しいたけ たまねぎ にんじん 葉ねぎ わらび たけのこ	パインパン うどん かぼちゃコロッケ	598 25.3 17.5	
15 水	黒糖パン 牛乳 ハンバーグのデミグラスソースかけ ABCスープ 入学祝いデザート	牛乳 ベーコン ハンバーグ	たまねぎ ぶなしめじ にんじん キャベツ	黒糖パン マカロニ 油 じゃがいも 入学祝いデザート	675 24.0 25.8	27 月	ごはん 牛乳 鶏肉のメキシカンソース 豚汁	牛乳 鶏肉 豚肉 油揚げ 中みそ	たまねぎ にんじん 青ピーマン トマト缶 ごぼう だいこん しょうが 葉ねぎ	米 かたくり粉 油 さとう じゃがいも こんにゃく	593 22.5 23.0	
16 木	わかめごはん 牛乳 小いわしの梅の香揚げ 具だくさんみそ汁	わかめ 牛乳 木綿豆腐 油揚げ 中みそ 白みそ 小いわしの梅の香揚げ	えのきたけ ぶなしめじ たまねぎ にんじん だいこん	米 さとう 油	611 24.6 20.4	28 火	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 春雨サラダ	牛乳 木綿豆腐 豚ひき肉 赤みそ 鶏ささみフレーク 錦糸卵	たまねぎ にんじん たけのこ 干しいたけ にら こまつな もやし にんにく しょうが	米 さとう ごま油 かたくり粉 はるさめ 白いりごま	701 28.9 20.4	
17 金	小型バターパン ジョア(プレーン) 焼きそば フルーツ白玉	豚肉 さつま揚げ ジョア	もやし キャベツ たまねぎ にんじん 葉ねぎ 黄桃缶 みかん缶 パインアップル缶	バターパン 油 焼きそば麺 春夏秋冬団子	634 18.6 15.1	30 木	(中華麺) 牛乳 みそラーメン 焼売の甘酢あんかけ 抹茶ワッフル	牛乳 豚肉 なると わかめ 赤みそ 焼売	にんじん もやし たまねぎ 葉ねぎ ホールコーン缶 めんま にんにく	中華麺 ごま油 さとう かたくり粉 抹茶ワッフル	598 26.2 17.9	

\* 物資の都合により献立を変更することがあります。  
\* 1年生は4月15日(水)から給食が始まります。

**こんにちは！ 給食センターです！**

新年度がスタートしました。所長1名・栄養教諭1名・調理員9名・事務補助員1名・  
運転手1名の合計13名のスタッフで、給食のお世話をさせていただきます。  
どうぞよろしくお願いいたします。

