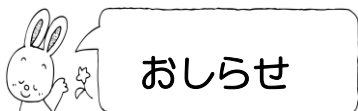




4月の予定献立表



日	曜日	主食	おかず	牛乳	赤の仲間	黄の仲間	緑の仲間	I補び - タボク質		
					血や肉になる	I補び -の元になる	体の調子を整える			
10	木	カレーライス	福神漬 フルーツポンチ	○	牛乳 豚肉 クリーム	米 油 ジャがいも 小麦粉 バター ワインゼリー	にんにく 生姜 玉葱 人参 セロリ グリンピース 福神 漬 もも缶 温州みかん缶 パイン缶	755 20.4		
11	金	きな粉揚げパン	春野菜のポトフ 果物 (オレンジ)	○	牛乳 きな粉 豚肉 ベーコン ウィンナー	コッペパン 大豆油 砂糖 油 ジャがいも	セロリ にんにく 人参 玉 葱 大根 キャベツ 菜花 パレンシアオレンジ	576 22.9		
14	月	ごはん (ひじきのふりかけ)	新じゃがのそぼろ煮 大根のみそ汁	○	牛乳 干しひじき 大豆 おかか 豚肉 油 揚げ 赤みそ 白みそ	米 油 砂糖 片栗粉 白いりごま ジャがいも 糸こんにゃく	人参 玉葱 さやえんどう 生姜 大根 ねぎ	659 21.4		
15	火	はちみつレモントースト	ポークシチュー コーンサラダ	○	牛乳 豚肉 クリーム	食パン マーガリン はちみつ 油 小麦粉 ジャがいも バター	レモン にんにく 生姜 玉 葱 マッシュルーム 人参 大根 グリンピース キャバ ツ どうもろこし缶	640 19.1		
16	水	筍ごはん	揚げししゃも きんぴらごぼう すまし汁	○	牛乳 油揚げ ししゃ も 豚肉 かまぼこ	米 油 砂糖 片栗粉 糸こんにゃく 白いりご ま	人参 筍 ごぼう 枝豆 菜 花 ねぎ	624 26.4		
		★ 八丈島メニュー ★								
17	木	明日葉チャーハン	八丈島産!!トビウオのつみれ汁 果物 (いちご)	○	牛乳 鶏肉 焼き竹輪 とびうお かつお節 卵 ちりめんじゃこ 赤みそ 油揚げ	米 ラード 油 片栗粉 白いりごま	生姜 ねぎ 人参 明日葉 こねぎ ごぼう 大根 みず かけな いちご	583 23.9		
18	金	桜ごはん	鶏肉の西京焼き 煮びたし 若竹汁	○	牛乳 ちりめんじゃこ 鶏肉 西京みそ 油揚 げ 木綿豆腐 生わか め	米 もち米 油 砂糖	さやえんどう 菊の花 生姜 小松菜 白菜 人参 筍缶 ねぎ	612 24.6		
21	月	けんちんうどん	竹輪の2色揚げ (青のり&カレー) きゅうりと大根のピリ辛炒め	○	牛乳 鶏肉 油揚げ 生わかめ 焼き竹輪 青のり 卵	ごま油 こんにゃく 油 うどん 小麦粉	ごぼう 人参 ねぎ 大根 きゅうり	592 22.1		
22	火	ごはん	鯖の照り焼き 大根の炒め煮 さつま汁	○	牛乳 さば 油揚げ 鶏肉 赤みそ 白みそ	米 砂糖 油 こんにゃ く さつまいも	大根 人参 さやいんげん ねぎ	688 27.5		
		★ 1年生給食スタート ★								
23	水	マーガリンパン	コーンシチュー ツナサラダ 手作りドレッシング	○	牛乳 ベーコン 豚肉 クリーム まぐろ缶	ミルクパン 油 ジャが いも 小麦粉 バター 砂糖	マッシュルーム にんにく セロリ 人参 玉葱 どうも ろこし缶 パセリ 大根 キャベツ	599 22.3		
24	木	たくあんとお揚げの 混ぜごはん	塩ちゃんこ汁 果物(いちご)	○	牛乳 油揚げ 豚肉 つみれ 木綿豆腐	米 砂糖 油 黒いりご ま こんにゃく	たくあん干し大根漬け ごぼ う ぶなしめじ 人参 キャ ベツ いちご	611 23.1		
25	金	五目チャーハン	ワンタンスープ 果物 (オレンジ)	○	牛乳 豚肉 焼き豚 なると 卵	米 ラード 油 ごま油 砂糖 ワンタンの皮	ねぎ 人参 生姜 もやし 明日葉 なら 小松菜 パレ ンシアオレンジ	591 25.6		
28	月	スパゲティミートソース	カラフルソテー 冷凍洋ナシ	○	牛乳 豚肉 粉チーズ	油 スパゲティハーフ バター	パセリ にんにく 生姜 セ ロリ マッシュルーム 玉葱 人参 トマト缶 青ピーマン どうもろこし缶 洋ナシ	638 28.0		
30	水	マーボー丼	わかめと卵のスープ レモンゼリー	○	牛乳 豚肉 赤みそ 木綿豆腐 生わかめ 卵	米 ごま油 砂糖 片栗 粉 白いりごま	人参 生姜 ねぎ 筍 人参 玉葱 干し椎茸 なら レモ ンゼリー	680 26.8		



◎給食当番は週末にエプロンと帽子、袋を持ち帰ります。洗濯とアイロンがけをして月曜日に持たせてください。
◎給食当番は家庭よりマスクを必ず持たせてください。
◎1年生の給食は4月23日(水)から始まります。
清潔なハンカチを持たせてください。

