

4月 学校給食献立表

日	曜	献立名		血や肉、骨になる	体の調子を整える	熱や力になる	エネルギー たんぱく質 脂質 行事食等	
		主食	牛乳	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品		
7	木	入学式・始業式						
8	金	さくらすしごはん	牛乳	おはなみちらし とりにくとやさいのてりあえ とうふとふかしのすましじる はなみだんご	牛乳 鶏肉 うすあげ ふかし かまぼこ 絹ごし豆腐 鶏卵	にんじん 干しいだけ しょうが 菜の花 だけのこ えのきだけ さやいんげん れんこん こまつな たまねぎ	桜すし飯 大豆油 三温糖 サラダ油 片栗粉 三色だんご	681 Kcal 27 g 17 g 給食開始(2~6年)
11	月	ごはん	牛乳	てりやきチキン ポテトサラダ キャベツとあつあげのみそじる	牛乳 大豆ペースト 鶏肉 みそ ロースハム あつあげ	にんじん えのきだけ しょうが ●キャベツ きゅうり たまねぎ	白飯 じゃがいも 片栗粉 マヨネーズ 米粉 三温糖	684 Kcal 29 g 21 g
12	火	ウィンナーピラフ	牛乳	ラザニア やさいスープ ブドウゼリー	牛乳 豚肉 ウィンナー 牛肉 チーズ ベーコン 鶏肉	にんじん たまねぎ 青ピーマン マッシュルーム トマト水煮 ●キャベツ チンゲンサイ しめじ	チャーハンライス バター 小麦粉 ファルファッレ ぶどうゼリー 生クリーム サラダ油	734 Kcal 27 g 26 g
13	水	ごはん	牛乳	よかたはべんのいそべあげ ひじきのツナいため かやくうどん ふりかけ	牛乳 うすあげ 四方はべん あおさ粉 まくろフレーク ひじき 鶏肉 わかめふりかけ	にんじん えだまめ こまつな たまねぎ 生姜 ねぎ こんにゃく	白飯 うどん 小麦粉 大豆油 米粉 サラダ油 三温糖	692 Kcal 27 g 20 g
14	木	ごはん	牛乳	てづくりハンバーグ カラフルサラダ こまつなとうふのみそじる	牛乳 大豆たんぱく みそ 鶏肉 ベーコン 豚肉 絹ごし豆腐 牛肉 大豆ペースト	にんじん たまねぎ ブロッコリー ●キャベツ 黄ピーマン きゅうり こまつな えのきだけ	白飯 パン粉 三温糖 オリーブ油	622 Kcal 28 g 17 g 1年生給食開始
15	金	ごはん	牛乳	しゅうまい もやしのナムル マーボどうふ	牛乳 大豆たんぱく シウマイ 木綿豆腐 糸かまぼこ 豚肉	にんじん だけのこ ねぎ こまつな 干しいだけ もやし しょうが たまねぎ にんにく	白飯 サラダ油 三温糖 片栗粉 こま	705 Kcal 29 g 24 g
18	月	わかめごはん	牛乳	あげとうずらたまごのチリソース ふとやさいのみそじる チョコプリン	牛乳 うすあげ 豆腐 みそ 鶏肉 わかめ うずら卵	にんじん 干しいだけ こまつな えだまめ しょうが だいこん たまねぎ えのきだけ	白飯 やきふ サラダ油 片栗粉 チョコプリン ごま油 米粉 こま 三温糖 大豆油	689 Kcal 26 g 22 g
19	火	ごはん	牛乳	とりにくのたつたあげ やさいのピリから しらたまとうふだんごのみそじる	牛乳 みそ 鶏肉 豚肉 絹ごし豆腐	にんじん もやし だいこん こまつな にんにく しょうが たまねぎ きゅうり ふなしめじ	白飯 白玉粉 三温糖 大豆油 米粉 ごま油 片栗粉 こま	694 Kcal 25 g 23 g
20	水	むぎごはん	牛乳	カレーライス フルーツヨーグルト	牛乳 鶏肉 チーズ ヨーグルト	にんじん たまねぎ パナナ トマト水煮 みかん缶 しょうが 黄桃缶 にんにく パイン缶	むぎ飯 ブドウゼリー バター じゃがいも いちごゼリー カレールウ 小麦粉 りんごゼリー カクテルゼリー サラダ油	756 Kcal 20 g 19 g
21	木	ごはん	牛乳	さばのみそに こんにゃくのきんぴら さわにわん	牛乳 豚肉 さば みそ 牛肉	にんじん ねぎ えのきだけ 青ピーマン こんにゃく 干しいだけ 糸みつば ごぼう しょうが だけのこ	白飯 三温糖 サラダ油 こま	631 Kcal 27 g 21 g
22	金	ロールパン	牛乳	とりにくのこうそうパンこやし マカロニサラダ ポークビーンズ	牛乳 大豆 鶏肉 大豆ペースト まくろフレーク 豚肉	にんじん ●レモンガラス コーン トマト水煮 ●ローズマリー たまねぎ にんにく きゅうり バジル ●キャベツ	ロールパン じゃがいも サラダ油 三温糖 白いんげん豆 バター パン粉 小麦粉 マカロニ オリーブ油	611 Kcal 33 g 24 g
25	月	ごはん	牛乳	ピリからチキン パンサンスー ちゅうかふうコーンスープ	牛乳 絹ごし豆腐 鶏肉 ロースハム 焼きかまぼこ	にんじん きゅうり チンゲンサイ もやし しょうが コーン にんにく 干しいだけ	白飯 大豆油 片栗粉 ごま油 三温糖 緑豆春雨	654 Kcal 24 g 19 g
26	火	むぎごはん	牛乳	ピンパ ワンタンスープ フルーツあんじん	牛乳 豚肉 鶏肉	にんじん 切り干し大根 ●キャベツ こまつな ねぎ しめじ チンゲンサイ にんにく ぜんまい もやし	むぎ飯 ごま油 三温糖 ワンタン フルーツ杏	653 Kcal 24 g 17 g
27	水	ごはん	牛乳	さかなのフライ ベーコンサラダ クラムチャウダー	牛乳 あさりむき身 鰯 鶏肉 鶏卵 あおさ粉 ベーコン	にんじん たまねぎ パセリ ●キャベツ きゅうり	白飯 じゃがいも バター 小麦粉 米粉 パン粉 大豆油 三温糖 サラダ油	717 Kcal 29 g 22 g
28	木	だけのこごはん	牛乳	ぶたにくとやさいのあげからめ けんちんじる	牛乳 木綿豆腐 うすあげ 豚肉 鶏肉	にんじん えだまめ ねぎ さやいんげん たまねぎ だけのこ ごぼう 干しいだけ だいこん	さくら麦飯 大豆油 三温糖 サラダ油 片栗粉 ごま油 じゃがいも	616 Kcal 26 g 18 g
29	金	昭和の日						

※都合により献立の内容を一部変更する場合があります。

※主な食材料名は、食品の栄養的動向により、赤、緑、黄のグループに分けて記載してあります。

●は、野々市市の地場産物を使用する予定です。