



4月 学校給食献立表



野々市市小学校給食センター

日	曜	献立名		血や肉、骨になる 赤色の食品	体の調子を整える 緑色の食品	熱や力になる 黄色の食品	エネルギー		
		主食	牛乳 おかず				たんぱく質	脂質	
9	火	さくらすしごはん	牛乳 ちらしすし とりにくやさいのてりあえ とうふとふかしのすましじる いちごゼリー	牛乳 ぶかし うすあげ 絹ごし豆腐 鶏卵 鶏肉	にんじん たまねぎ こまつな 干しいたけ しょうが れんこん さやいんげん えだまめ えのきたけ	桜すし飯 サラダ油 三温糖 いちごゼリー 片栗粉 大豆油	603 Kcal 26 g 17 g	給食開始	
10	水	ごはん	牛乳 こめこのてりやきチキン ポテトサラダ 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	しょうが キャベツ きゅうり ねぎ にんじん たまねぎ	白飯 じゃがいも 片栗粉 マヨネーズ 米粉 三温糖	619 Kcal 26 g 19 g		
11	木	ごはん	牛乳 くろずのすぶた きよみオレンジ ワンドンスープ	牛乳 豚肉 ベーコン	しょうが 干しいたけ はくさい たけのこ たまねぎ もやし 青ピーマン 清見オレンジ しめじ 赤ピーマン にんじん チンゲンサイ	白飯 三温糖 片栗粉 ワンタン 大豆油 ごま油 サラダ油	604 Kcal 23 g 18 g		
12	金	ピラフ	牛乳 ラザニア やさいのスープに	ベーコン チーズ 牛乳 豚肉 鶏肉	たまねぎ こまつな にんじん しめじ にんにく トマト水煮	チャーハンライス 三温糖 サラダ油 バター ファルファッレ じゃがいも 小麦粉	619 Kcal 25 g 19 g		
15	月	ごはん	牛乳 ハンバーグ カラフルサラダ 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	たまねぎ きゅうり にんじん 黄ピーマン ブロッコリー えのきたけ キャベツ こまつな	白飯 パン粉 三温糖 オリーブ油	599 Kcal 27 g 18 g	1年生給食開始	
16	火	ごはん	牛乳 さばのみそに こんにやくのきんぴら くるまふのたまごとし	牛乳 鶏肉 さば 鶏卵 みそ 豚肉	しょうが 青ピーマン ねぎ たまねぎ こんにやく ししいたけ にんじん さやいんげん	白飯 車麩 三温糖 サラダ油 ごま	692 Kcal 30 g 25 g		
17	水	ごはん	牛乳 ギョウザ やさいのピリから はっぼうさい	牛乳 えび ギョウザ 豚肉 いか	きゅうり しょうが キャベツ たまねぎ にんじん はくさい にんにく 干しいたけ	白飯 サラダ油 大豆油 片栗粉 ごま油 三温糖	608 Kcal 21 g 19 g		
18	木	わかめごはん	牛乳 オイマヨグラタン だいこんのみそじる	わかめ あつあげ 牛乳 みそ 鶏肉 大豆ペースト チーズ	にんじん だいこん ブロッコリー ねぎ たまねぎ にんじん	白飯 サラダ油 ごま マヨネーズ じゃがいも 三温糖 小麦粉 やきふ	635 Kcal 27 g 20 g		
19	金	むぎごはん	牛乳 カレーライス フルーツミルクゼリー	牛乳 鶏肉 チーズ	しょうが トマトピューレー にんにく トマト水煮 にんじん 黄桃缶 たまねぎ バイン缶	むぎ飯 バター ミルクゼリー サラダ油 カレールウ じゃがいも いちごゼリー 小麦粉 マスカットゼリー	721 Kcal 20 g 19 g		
22	月	ごはん	牛乳 まつかぜやき はりはりあえ じゃがいものみそじる	牛乳 みそ 大豆ペースト 鶏肉 ベーコン 鶏卵 昆布 チーズ あつあげ	たまねぎ きゅうり にんじん えのきたけ 切り干し大根 もやし	白飯 ごま油 パン粉 じゃがいも 三温糖 ごま	604 Kcal 28 g 17 g		
23	火	ロールパン	牛乳 チキンピカタ はるきやべつのスパゲティ ベーコンチャウダー いちごジャム	牛乳 ベーコン 鶏肉 鶏卵 まぐろフレーク	りんご にんじん たまねぎ バセリ キャベツ にんにく	ロールパン オリーブ油 ジャム 米粉 じゃがいも 小麦粉 サラダ油 スパゲッティ バター	637 Kcal 33 g 23 g		
24	水	ごはん	牛乳 ししゃものてんぷら ひじきのいために かやくうどん	牛乳 鶏肉 ししゃも うすあげ ひじき 豚肉	こんにやく ほうれんそう にんじん ねぎ えだまめ たまねぎ	白飯 サラダ油 小麦粉 三温糖 米粉 うどん 大豆油	625 Kcal 26 g 20 g		
25	木	ごはん	牛乳 はるまき もやしのナムル にくだんこのスープ	牛乳 大豆たんぱく 春巻き 糸かまぼこ 鶏肉	にんじん たまねぎ もやし チンゲンサイ こまつな 干しいたけ しょうが ねぎ	白飯 ごま油 大豆油 片栗粉 ごま 三温糖	632 Kcal 22 g 22 g		
26	金	さくらむぎごはん	牛乳 たけのこそぼろどん とんじる ヨーグルト	豚肉 みそ 鶏肉 ヨーグルト 牛乳 うすあげ	たけのこ ごぼう ねぎ にんじん たまねぎ えだまめ だいこん しょうが こんにやく	さくら麦飯 じゃがいも サラダ油 三温糖 片栗粉	659 Kcal 30 g 18 g		
29	月	昭和の日							
30	火	ごはん	牛乳 あまからチキン チャプチェ ちゅうかふうコーンスープ	牛乳 豆腐 鶏肉 豚肉 ベーコン	しょうが エリンギ にんにく コーン たまねぎ しめじ にんじん こまつな	白飯 ごま油 片栗粉 春雨 大豆油 ごま油 三温糖	679 Kcal 25 g 23 g		

※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、食品の栄養的な働きにより、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。



野々市市小学校給食センター

