4月分予定献立表

日	曜	献立	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	E エネルギー(kcal) P たんぱく質(g) F 脂質(g)
7	火	入学式・始業式				
8	水	しんきゅうおいわいこんだて 黒米ごはん　牛乳 とりのたったあげ　はりはりあえ こうはくすまし汁 おいわいデザート	牛乳　鶏肉　塩昆布　ふかし 絹ごし豆腐	しょうが　切干大根　人参 きゅうり　●しいたけ ほうれん草	黒米塩飯　片栗粉　油　砂糖 ごま　デザート	E 582 P 24.2 F 17
9	木	バターロール　牛乳 なの花のクリームパスタ ミートボールと青なのスープ	牛乳　ベーコン　牛肉　豚肉 鶏卵	玉ねぎ　なの花　エリンギ にんにく　しょうが　小松菜 人参	バターロール　バター フェットチーネ　油 生クリーム　片栗粉　小麦粉	E 614 P 23.6 F 25.4
10	金	お花見のこんだて さくらのちらしずし　牛乳 大豆と小魚のごまからめ さわにわん　花見だんご	牛乳　厚焼き卵　かまぼこ えび　●大豆　かえり干し 昆布　豚肉	人参　干しいたけ　きゅうり ごぼう　たけのこ水煮 えのきだけ　みつば	桜すし飯　砂糖　片栗粉　油 ごま　花見だんご	E 640 P 26.7 F 15.4
13	月	ごはん　ふりかけ　牛乳 えびしゅうまい こうやどうふのｵｲｽﾀｰｿｰｽいため ちゅうか風コーンスープ	牛乳　えびしゅうまい 高野豆腐　豚肉　鶏肉　鶏卵 わかめ　しそかつおふりかけ	ピーマン　赤ピーマン 黄ピーマン　玉ねぎ にんにく　コーン　しめじ	白飯　油　砂糖　片栗粉	E 597 P 25.2 F 17.8
14	火	ミルクロール　牛乳 ラザニア 春キャベツのポトフ　デザート	牛乳　豚肉　鶏肉　チーズ フランクフルト	玉ねぎ　人参　にんにく トマト水煮　大根　キャベツ 絹さや	ミルクロール　パスタ　油	E 628 P 26.6 F 22.6
15	水	ごはん　牛乳 だいこんもち きゅうりのピリカラ はっぽうさい	牛乳　豚肉　いか　うずら卵	きゅうり　人参　玉ねぎ 白菜　干しいたけ　しょうが にんにく　枝豆	白飯　大根もち　砂糖　油 片栗粉　ごま油	E 639 P 25.1 F 19.7
16	木	フレンチトースト　牛乳 スナップエンドウのサラダ ポークビーンズ	牛乳　鶏卵　ベーコン　豚肉 ●大豆	スナップエンドウ　キャベツ コーン　人参　玉ねぎ にんにく　トマト水煮	ミルク食パン　グラニュー糖 生クリーム　油　バター ﾌﾚﾝﾁﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ　小麦粉 ひよこ豆　じゃがいも	E 639 P 23.1 F 24.9
17	金	味めぐり　みえ県のこんだて 牛肉ごはん　牛乳 あいまぜ　あおさのみそ汁 みかんゼリー	牛乳　牛肉　薄揚げ 木綿豆腐　みそ　あおさ	ごぼう　ねぎ　しょうが 大根　人参　干しいたけ 玉ねぎ　えのきだけ	白飯　油　砂糖　ごま みかんゼリー	E 566 P 23 F 18.8
20	月	ごはん　牛乳 にこみハンバーグ ポテトサラダ キャベツとさつまあげのみそ汁	牛乳　ハンバーグ　ハム さつまあげ　みそ	玉ねぎ　マッシュルーム きゅうり　キャベツ　人参 えのきだけ	白飯　砂糖　油　じゃがいも マヨネーズ	E 657 P 26.5 F 20.4
21	火	丸コッペパン　牛乳 ぶた肉のオレンジソース 新ごぼうのサラダ スープミルフォンテ	牛乳　豚肉　ひじき　ハム 鶏卵　チーズ	ごぼう　人参　コーン ほうれん草　玉ねぎ　パセリ	コッペパン　片栗粉　油 砂糖　ごまｸﾘｰﾐｲﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ パン粉	E 612 P 24.5 F 29.0
22	水	ゆかりごはん　牛乳 ちくわのごまあげ　えどっこに じゃがいもとわかめのみそ汁	牛乳　竹輪　●大豆　牛肉 高野豆腐　昆布　わかめ みそ	たけのこ水煮　人参 こんにゃく　玉ねぎ　ねぎ なめこ	ゆかりご飯　てんぷら粉　油 砂糖　じゃがいも	E 636 P 24.7 F 18.6
23	木	ミルクコッペパン　牛乳 ロングウインナー キャベツと卵のサラダ 春のミネストローネ	牛乳　ウインナー 卵スプレッド　ベーコン	キャベツ　きゅうり　人参 玉ねぎ　かぶ　トマト にんにく　セロリー	ミルクコッペパン　砂糖 マヨネーズ　オリーブ油 スパゲティ	E 576 P 19.3 F 26.3
24	金	カレーライス　牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳　豚肉　チーズ ヨーグルト	玉ねぎ　人参　しょうが にんにく　トマト水煮 みかん（缶）パイン（缶） もも（缶）	麦飯　じゃがいも　小麦粉 バター　カレールウ　砂糖	E 744 P 19.8 F 21.6
27	月	ごはん　牛乳 えびとアスパラのしおいため タンタンめん　くだもの	牛乳　えび　鶏肉　豚肉 テンメンジャン	玉ねぎ　人参　しょうが グリーンアスパラ　にんにく もやし　干しいたけ　ねぎ ニラ　ザーサイ　くだもの	白飯　片栗粉　油 中華麺　ねりごま　ごま油 砂糖	E 641 P 25.3 F 18.3
28	火	ごはん　牛乳 さばのおろしに　そくせきづけ 車ふのたまごとじ	牛乳　さば　塩昆布 かまぼこ　鶏卵	ねぎ　しょうが　大根　人参 キャベツ　きゅうり ●しいたけ　さやいんげん	白飯　砂糖　片栗粉　車ふ じゃがいも	E 629 P 29 F 16.1
29	水	昭和の日				
30	木	たけのこそぼろ丼　牛乳 五色あえ 春かぶとあつあげのみそ汁	牛乳　鶏肉　厚揚げ　みそ	たけのこ　人参　枝豆 しょうが　小松菜　もやし 干しいたけ　コーン　かぶ 玉ねぎ　えのきだけ	さくら麦飯　レンズ豆　油 砂糖	E 597 P 27.1 F 16.4

お知らせ

- 食物アレルギー等で、食事に配慮が必要な場合や、病気その他の理由で長期間欠席される場合は、学級担任等にご連絡下さい。
- 給食費は１食２５７円です。

※都合により献立の内容を変更する場合があります。
●は、野々市市の地場産物を使用する予定です。

野々市市小学給食センター