

4月11日(火)					4月12日(水)					4月13日(木)					4月14日(金)					4月17日(月)					4月18日(火)				
献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色							
		黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑					
牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○						
カレーライス	ごはん	○			ご飯	ごはん	○			ご飯	ごはん	○			パン	黒糖パン	○			竹の子ごはん	ごはん	○			中華丼	ごはん	○		
	牛もも肉		○		麻婆豆腐	豆腐		○		カとツん	ミニとんカツ油		○		あじ	あじ塩		○			竹の子油揚げ		○			豚ばら肉		○	
	おろししょうが			○		豚ひき肉		○		小袋	とんかつソース				こしょう	こしょう					にんじん		○			チンゲン菜			○
	おろしにんにく			○		玉ねぎ			○	ごぼ	ごぼう			○	酒	バジル					昆布					にんじん			○
	赤ワイン					にら			○	らぼ	にんじん			○	パン粉	オリーブ油	○				うすくちしょうゆ					白菜			○
	油	○				竹の子			○	ダウサ	きゅうり			○			○				塩					玉ねぎ			○
	じゃがいも	○				白ねぎ			○	じゃがいものみそ汁	とうもろこし			○	リーブローッラコ小袋	和風ごましょうゆドレッシング					みりん					竹の子			○
	玉ねぎ			○		干し椎茸			○		油揚げ			○		きゅうり			○		塩こわらじ		○			ピーマン			○
	にんじん			○		おろししょうが			○		じゃがいも			○		とうもろこし			○		酒					干し椎茸			○
	カレールウ					おろしにんにく			○		玉ねぎ			○		和風ごましょうゆドレッシング					塩こうじ					油	○		○
	ウスターソース					赤みそ			○		にんじん			○	ベーコン			○	白菜				○	おろしにんにく				○	
	鳥がらだし					中華だし					カットわかめ			○	じゃがいも			○	ほうれん草				○	おろししょうが				○	
フミルックス	りんご缶			○	酒			みそ				○	にんじん			○	かつお節			○	塩								
	みかん缶			○	こいくちしょうゆ			削り節				○	おおふくまめ			○	うすくちしょうゆ				こしょう								
	桃缶			○	オイスターソース			昆布					オリーブ油			○	みりん				こいくちしょうゆ								
					ごま油		○	デザート				トマト缶			○	砂糖			○	うすくちしょうゆ									
					かたくり粉		○		お祝い紅白ゼリー				砂糖			○	塩				砂糖	○							
					中華和え	にんじん				○	トマトスープ					コンソメ				豆腐									
						もやし						○	砂糖				こしょう				カットわかめ			○					
						砂糖							こしょう				うすくちしょうゆ				玉ねぎ			○					
						こいくちしょうゆ							うすくちしょうゆ				鳥がらだし				にんじん			○					
						酢							鳥がらだし				コンソメ				みそ			○					
						ごま油			○				コンソメ								削り節								
						コンソメ															昆布								
						コチジャン																							
						中華だし																							
						塩																							
エネルギー		810	kcal		エネルギー		705	kcal		エネルギー		838	kcal		エネルギー		770	kcal		エネルギー		748	kcal		エネルギー		783	kcal	
たんぱく質		21.9	g		たんぱく質		27.1	g		たんぱく質		26.6	g		たんぱく質		39.8	g		たんぱく質		36.4	g		たんぱく質		23.8	g	
脂質		22.3	g		脂質		20.2	g		脂質		21.8	g		脂質		24.7	g		脂質		18.9	g		脂質		27.3	g	

※食材購入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

4月19日(水)					4月20日(木)					4月21日(金)					4月24日(月)					4月25日(火)					4月26日(水)															
献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色																		
		黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑	黄	赤	緑													
牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○																	
ご飯	ごはん	○			ご飯	ごはん	○			パン	コッペパン	○			ご飯	ごはん	○			ご飯	ごはん	○																		
がんもどきの煮物	明月がんも	○	○	○	豚肉の甘辛炒め	豚もも肉		○		小袋	いちごジャム				手作り豆腐ハンバーグ	鶏ひき肉		○		さばの塩焼き	さば		○		牛肉のごまみそ炒め	牛もも肉		○												
	大根					玉ねぎ		○	鶏肉の香草炒め	鶏もも肉		○	○	豆腐			○	○	油揚げ			○	○	玉ねぎ			○	○	ピーマン		○	○								
	玉ねぎ					にんじん		○		玉ねぎ				にんじん					にんじん					酒																
	さんどまめ					ピーマン		○		塩				玉ねぎ					さんどまめ					油揚げ			○		ピーマン		○									
	にんじん					こいくちしょうゆ				こしょう				白ねぎ					切り干し大根			○		さんどまめ			○		にんじん		○									
	板こんにゃく					酒				白ワイン				パン粉		○			にんじん			○		切り干し大根			○		こいくちしょうゆ											
	砂糖					みりん				パセリ				おろししょうが					油			○		昆布			○		砂糖	○										
	みりん					砂糖		○		バジル				塩					砂糖			○		みりん					削り節											
	塩					油		○		オリーブ油	○			こしょう					みそ			○		こいくちしょうゆ					昆布											
	うすくちしょうゆ					ごま(いり)		○	グリーンダン	キャベツ			○	○		きゅうり			○		うすくちしょうゆ			みそ			○													
	こいくちしょうゆ					かたくり粉		○		にんじん			○			大根おろし			○		削り節			ごま(すり)			○													
ゆかりベツエの	キャベツ			○	ほうれん草の和え物	ほうれん草			○	小袋	エッグケアドレッシング	○			けんちん汁	かたくり粉	○		のっぺい汁	油揚げ		○		果物	黄桃缶			○												
	にんじん		○	もやし				○	ベーコン			○		砂糖		○		豚もも肉			○	ごぼう				ごぼう			○											
	ゆかり			みりん					にんじん			ジュリエンスープ		○		みりん				にんじん		○	大根				○													
果物	りんご缶		○	砂糖			○		キャベツ				パセリ				削り節				さといも	○			にんじん			○												
				削り節					白ワイン				鳥がらだし				昆布				豆腐		○		つきこんにゃく			○												
				昆布					コンソメ				こしょう				おろししょうが				白ねぎ		○		白ねぎ			○												
					沢煮椀	豚ばら肉		○	○	添え野菜	油			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○														
				大根							とうもろこし																	さつまいも	○											
				にんじん							コンソメ																	油揚げ		○										
				竹の子							こしょう																	葉ねぎ			○									
				干し椎茸																								みそ			○									
				豆腐																								削り節												
				根みつば																								昆布												
				うすくちしょうゆ																								かたくり粉	○											
				塩																																				
				酒																																				
				削り節																																				
				昆布																																				
				かたくり粉																																				
エネルギー		694		kcal	エネルギー		763		kcal	エネルギー		833		kcal	エネルギー		854		kcal	エネルギー		818		kcal	エネルギー		742		kcal											
たんぱく質		21.0		g	たんぱく質		31.4		g	たんぱく質		34.2		g	たんぱく質		35.2		g	たんぱく質		35.9		g	たんぱく質		24.6		g											
脂質		15.7		g	脂質		20.0		g	脂質		37.0		g	脂質		22.8		g	脂質		24.0		g	脂質		17.3		g											

※食材購入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

4月27日(木)						4月28日(金)					
献立	使用材料	栄養3色				献立	使用材料	栄養3色			
		黄	赤	緑				黄	赤	緑	
牛乳	牛乳		○			牛乳	牛乳		○		
ご飯	ごはん	○				パン	パン	○			
豚キムチ	豚もも肉		○		チキンソテー	鶏もも肉			○		
	白菜			○		酒					
	白菜キムチ			○		ガーリックパウダー					
	にんじん			○		塩					
	酒					こしょう					
	おろしにんにく			○	ベーコンと野菜のソテー	コンソメ					
	おろししょうが			○		ベーコン			○		
	みりん					キャベツ				○	
	こいくちしょうゆ					にんじん				○	
	みそ		○			とうもろこし				○	
	赤みそ		○			油		○			
	塩					こいくちしょうゆ					
	ごま油	○				塩					
	ごま(いり)	○				こしょう					
	油	○			ポトフ	ウインナー			○		
	かたくり粉	○				じゃがいも		○			
キャベツの酢の物	キャベツ			○		玉ねぎ				○	
	カットわかめ		○			にんじん				○	
	きゅうり			○		キャベツ				○	
	塩					ブロッコリー				○	
	砂糖	○				白ワイン					
もやしとニラのスープ	酢					鳥がらだし					
	うすくちしょうゆ					コンソメ					
	鶏もも肉		○								
	もやし			○							
	ニラ			○							
	玉ねぎ			○							
	鳥がらだし										
エネルギー	中華だし										
	うすくちしょうゆ										
	ごま油	○									
	こしょう										
たんぱく質		700		kcal		たんぱく質		810		kcal	
脂質		28.7		g		脂質		34.0		g	
		17.2		g				33.6		g	



にち にゅうがく いわ 13日 入学お祝いメニュー

にゅうがく しんきゅう いわ にんき いわ
入学、進級をお祝いして、人気のとんカツと、お祝いのデザートを出します。

きゅうしょく まいにち りょうり どうじょう
給食では毎日いろいろな料理が登場します。おいしく、たのしい給食になるように給食室一同

がんばります。にがて ひとくち
苦手なものがでることもありますが、一口ずつチャレンジしてみてくださいね。



にち しょくいく ひ 17日 食育の日メニュー

まいつき しょくいく ひ きせつ しょくざい つか
毎月、食育の日メニューとして、季節の食材を使ったメニューが登場します。4月の旬の食材は竹の子、さわら、

わかめです。たけ こ はる おとず かん
竹の子は春の訪れを感じられるように、竹の子ご飯にします。春の香りを楽しんでください。

がっこう しょくいく むっ してん 学校での食育 6つの視点

がっこう しょくいく い か してん おこな
学校での食育は以下の6つの視点から行われています。

- ① しょくじ たいせつ
食事の大切さ、よろこび、楽しさを知る。
- ② けんこう たも
健康を保つための、自己管理能力を身に付ける。
- ③ ただ ちしき じょうほう しょくひん えら ちから
正しい知識、情報をもとに食品を選ぶ力をもつ。
- ④ た もの たいせつ
食べ物を大切に、かかわる人々に感謝する。
- ⑤ おも き も しゃかいせい はぐく
マナーや思いやりの気持ちなど、社会性を育む。
- ⑥ ちいき さんぶつ でんどうてき しょくぶんか し みらい つた
地域の産物や伝統的な食文化を知り、未来に伝える。

えいようきょうゆ
＜栄養教諭からのお知らせ＞

がっこう きゅうしょく どうじょう りょうり まめちしき きゅうしょく ようす ちょうりふうけい しょうかい
学校ブログで給食に登場する料理の豆知識や、給食の様子、調理風景を紹介しています。ぜひ読んでみくださ

