

# 4月の こんだて

表: 4/13~4/20  
裏: 4/24~4/27まで記載しています。

みなさん進級・進学おめでとうございます。  
13日から給食がスタートします。  
新しい友達や先生と一緒に給食を食べ  
この1年間で丈夫で健康な身体をつくりま  
しょう。

献立表はお子様と一緒にごらんになって  
ご自宅でも給食のことを話題にして頂きま  
すようお願いいたします。

※こんだてでは材料搬入の都合に  
より多少変更することがあります。

※栄養価 中学部高等部のエネ  
ルギー量を記載しています。中学  
部高等部が1に対して、小学部低  
学年が約7割、小学部高学年は約  
8割です。

13(金)	16(月)	17(火)	18日(水)	19(木)	20(金)
【牛乳】 牛乳	【牛乳】 牛乳	【牛乳】 牛乳	【牛乳】 牛乳	【牛乳】 牛乳	【牛乳】 牛乳
【ビーフカレー】 はいが精米 牛うで肉 にんにく しょうが 米油 玉葱 にんじん じゃがいも グリーンピース 塩 ごしょう △カレーフレーク ウスターソース 赤ワイン みりん こいくちしょうゆ トマトジュース フルーツチャツネ さとう りんごピューレ トマトケチャップ 鳥がらだし とりガラ カレー粉 【ツナサラダ】 ツナフレーク キャベツ にんじん わかめ 白ごま こいくちしょうゆ 酒酢 みりん 米油	【全粒粉パン】 △全粒粉パン  【サケときゃべつのクリーシチュウ】 さけ 塩 ごしょう 白ワイン とりモモ肉 じゃがいも 玉葱 にんじん マッシュルーム(水煮缶詰) 米油 コーンスターチ バター 牛乳 白ワイン 鳥がらだし とりガラ 塩 ごしょう キャベツ 【とうふとわかめのサラダ】 とうふ わかめ にんじん さんどまめ ちりめんじゃこ こいくちしょうゆ 酒酢 みりん 米油 白ごま	【スパゲティミートソース】 △スパゲッティ 塩 米油 牛ミンチ肉 豚モモミンチ肉 玉葱 にんじん にんにく しょうが マッシュルーム(水煮缶詰) グリーンピース 米油 塩 ごしょう 赤ワイン トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース こいくちしょうゆ 酒 みりん 米粉 バター パルメザンチーズ 【青菜のごま和え】 ほうれんそう キャベツ ごま こいくちしょうゆ みりん さとう 【フルーツヨーグルト】 ヨーグルト みかん缶 黄桃缶 りんご缶	【赤飯】 はいが精米 もち米 あずき 塩 黒ごま 塩 【鶏の照り焼き】 とりモモ肉 酒 しょうが こいくちしょうゆ 本みりん 清酒(純米酒) 【せん切り大根の酢炒め】 せん切りだいこん にんじん ちりめんじゃこ わかめ ごま さとう こいくちしょうゆ 酒酢 みりん 水 【大阪しる菜のみそ汁】 わかめ おおさかしるな 玉葱 じゃがいも とうふ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	【ごはん】 はいが精米 【鯖の味噌煮】 さば しょうが 赤みそ さとう 酒 みりん 昆布だし 出汁昆布 【こまつなとあげのおひたし】 こまつな うす揚げ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 こいくちしょうゆ みりん 【とうふのすまし汁】 玉葱 だいこん とうふ わかめ 干し椎茸 みずな かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ みりん 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	【たけのこごはん】 はいが精米 出汁昆布 たけのこ にんじん とりむね肉(皮付き) うす揚げ うすくちしょうゆ さとう 酒 みりん 塩 グリーンピース 【五目煮豆】 大豆水煮 刻み昆布 ごぼう れんこん にんじん 板こんにゃく 干し椎茸 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん 【キャベツのみそ汁】 キャベツ じゃがいも とうふ わかめ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ
786kcal	825kcal	863kcal	751kcal	823kcal	747kcal

24(火)	25(水)	26(木)	27(金)			
<b>【牛乳】</b> 牛乳	<b>【牛乳】</b> 牛乳	<b>【牛乳】</b> 牛乳	<b>【牛乳】</b> 牛乳			
<b>【ごはん】</b> はいが精米 <b>【魚のあまずあんかけ】</b> たら こいくちしょうゆ 酒 しょうが にんにく 米粉 かたくり粉 米揚げ油 玉葱 ごぼう にんじん ピーマン 干し椎茸 鳥がらだし とりガラ こいくちしょうゆ さとう 酒酢 トマトケチャップ かたくり粉 ごま油 <b>【ピーマンとチンゲン菜のスープ】</b> とりミンチ ピーマン とうふ たけのこ缶 にんじん 干し椎茸 チンゲン菜 塩 こしょう うすくちしょうゆ 酒 みりん 鳥がらだし とりガラ かたくり粉	<b>【牛丼】</b> はいが精米 牛うで肉 糸こんにゃく 玉葱 にんじん 干し椎茸 みつば さとう こいくちしょうゆ みりん 酒 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 <b>【キャベツサラダ】</b> キャベツ にんじん 白ワイン ワインビネガー 塩 こしょう さとう 米油 <b>【じゃがいものみそ汁】</b> じゃがいも とうふ 玉葱 わかめ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ <b>【ミルク寒天】</b> 牛乳 みかん缶 上白糖 ルカンテンウルトラ 水	<b>【ごはん】</b> はいが精米 <b>【じぶ煮】</b> とりモモ肉 塩 かたくり粉 だいこん さといも あつあげ しめじ ごまつな かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん かたくり粉 粉わさび <b>【ふのごま和え】</b> △おつゆふ にんじん さんどまめ ごま こいくちしょうゆ みりん さとう	<b>【わかめご飯】</b> はいが精米 炊き込みわかめ 白ごま <b>【魚のホイル焼き】</b> たら 塩 酒 玉葱 にんじん えのきだけ バター こいくちしょうゆ 白ワイン レモン汁 <b>【キャベツのトマトのみそ汁】</b> キャベツ じゃがいも しめじ 青ねぎ トマト トマト缶 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ			
747kcal	803kcal	800kcal	697kcal			