

学校給食予定献立表

給食が
はじまりました！！



| 献立名 | 使用材料 | グラム 小4~6 年分量 | き | あか | みどり | エネルギー (カロリー) | 献立名 | 使用材料 | グラム 小4~6 年分量 | き | あか | みどり | エネルギー (カロリー) |
|---------------|-----------|--------------------|---|----|-----|-----------------|----------------|-----------|--------------------|---|----|-----|-----------------|
| 12日(月) | ぎゅうにゅう | 206 | | ○ | | 小(低) | 15日(木) | ぎゅうにゅう | 206 | | ○ | | 小(低) |
| ぎゅうにゅう | こめ | 80 | ○ | | | 678 | ぎゅうにゅう | こめ | 80 | ○ | | | 575 |
| ポークカレー | ぶたにく | 40 | | ○ | | | ごはん | さけきりみ | 60 | | ○ | | 小(高) |
| | じゃがいも | 40 | ○ | | | 小(高) | | しおこうじ | 0.5 | | | | 645 |
| コールスロー | たまねぎ | 50 | | | ○ | 730 | さけ | さけ | 2 | | | | |
| サラダ | にんじん | 15 | | | ○ | | キャベツ | キャベツ | 35 | | | ○ | 中・高 |
| | にんにく・しょうが | 0.6 | | | ○ | 中・高 | きゅうり | きゅうり | 10 | | | ○ | 797 |
| イチゴゼリー | あぶら | 1 | ○ | | | 893 | ゆかり | ゆかり | 0.5 | | | | |
| | カレールウ | 18 | ○ | | | | キャベツの ゆかりあえ | ぶたにく | 10 | | ○ | | |
| | カレーこ | | | | | | | あつあげ | 25 | | ○ | | |
| | ケチャップ | 1 | | | | | | さといも | 30 | ○ | | | |
| | ウスターソース | 1 | | | | | とんじる | だいこん | 30 | | | ○ | |
| | とりがらスープ | | | | | | | にんじん | 10 | | | ○ | |
| | キャベツ | 40 | | | ○ | | | ごぼう・たまねぎ | 20 | | | ○ | |
| | きゅうり | 10 | | | ○ | | | あぶら | 0.5 | ○ | | | |
| | にんじん | 5 | | | ○ | | | みそ | 8 | | ○ | | |
| | ホールコーン | 5 | | | ○ | | | さけ | 2 | | | | |
| | あぶら | 2 | ○ | | | | | だしじる | | | | | |
| | リングす | 3 | | | | | 16日(金) | ぎゅうにゅう | 206 | | ○ | | 小(低) |
| | きとう | 0.7 | ○ | | | | ぎゅうにゅう | しょうパン | 50 | ○ | | | 622 |
| | しお こしょう | | | | | | | イチゴジャム | 15 | ○ | | | |
| | イチゴゼリー | 50 | ○ | | | | しょうパン | ウインナー | 30 | | ○ | | 小(高) |
| 13日(火) | ぎゅうにゅう | 206 | | ○ | | 小(低) | | しんじゃがいも | 40 | ○ | | | 685 |
| ぎゅうにゅう | こめ | 80 | ○ | | | 551 | イチゴジャム | はるキャベツ | 30 | | | ○ | |
| | ぶたにく | 50 | | ○ | | | | しんたまねぎ | 30 | | | ○ | 中・高 |
| ごはん | キャベツ | 50 | | | ○ | 小(高) | はるやさいの ポトフ | きぬきや | 5 | | | ○ | 836 |
| | たまねぎ | 40 | | | ○ | 628 | | にんじん | 15 | | | ○ | |
| ホイコーロー | にんじん | 10 | | | ○ | | マカロニサラダ | とりがらスープ | | | | | |
| | ピーマン | 10 | | | ○ | 中・高 | | しろワイン | 2 | | | | |
| わかめスープ | にんにく・しょうが | 0.6 | | | ○ | 775 | | しお こしょう | | | | | |
| | あぶら | 1 | ○ | | | | | ハム | 10 | | ○ | | |
| | みそ | 4 | | | ○ | | | マカロニ | 10 | ○ | | | |
| | あかみそ | 2 | | | ○ | | | きゅうり | 10 | | | ○ | |
| | きとう | 1.5 | ○ | | | | | にんじん | 5 | | | ○ | |
| | しょうゆ | 2 | | | | | | エッグケアマヨネー | 10 | ○ | | | |
| | さけ | 2 | | | | | 19日(月) | ぎゅうにゅう | 206 | | ○ | | 小(低) |
| | しお こしょう | | | | | | ぎゅうにゅう | こめ | 80 | ○ | | | 594 |
| | かたくりこ | 1.5 | ○ | | | | | ぎゅうにく | 50 | | ○ | | |
| | わかめ | 0.5 | | | ○ | | ぎゅうどん | いとこんにやく | 20 | | | | 小(高) |
| | とりミンチ | 10 | | | ○ | | | たまねぎ | 60 | | | ○ | 643 |
| | もやし | 20 | | | ○ | | ツナと | にんじん・しろねぎ | 10 | | | ○ | |
| | にんじん | 10 | | | ○ | | だいこんの ポンずあえ | あぶら | 1 | ○ | | | 中・高 |
| | しろねぎ | 5 | | | ○ | | | きとう | 5 | ○ | | | 793 |
| | あぶら | 0.5 | ○ | | | | | しょうゆ | 8 | | | | |
| | しょうゆ | 2 | | | | | | さけ | 2 | | | | |
| | さけ | 2 | | | | | | みりん | 3 | | | | |
| | とりがらスープ | | | | | | | だしじる | | | | | |
| | しお こしょう | | | | | | | ツナレトルト | 10 | | ○ | | |
| | かたくりこ | 1.5 | ○ | | | | | だいこん | 20 | | | ○ | |
| | | | | | | | | きゅうり | 10 | | | ○ | |
| | | | | | | | | にんじん | 5 | | | ○ | |
| | | | | | | | | こんぶ | 0.5 | | ○ | | |
| | | | | | | | | ポンずしょうゆ | 3 | | | | |



てあらいのポイント!



【分量は小低(1~3年)は小高(4~6年)の約9割、中学部・高等部は約1.3倍になります。仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。】

学校給食予定献立表

たくさん食べて
元気に!



| 献立名 | 使用材料 | グラム 小4~6 年分量 | き | あか | みどり | エネルギー (カロリー) | 献立名 | 使用材料 | グラム 小4~6 年分量 | き | あか | みどり | エネルギー (カロリー) |
|---------------|---------|--------------------|---|----|-----|-----------------|---------------|-----------|--------------------|---|----|-----|-----------------|
| 20日(火) | ぎゅうにゅう | 206 | | ○ | | 小(低) | 22日(木) | ぎゅうにゅう | 206 | | ○ | | 小(低) |
| ぎゅうにゅう | こめ | 80 | ○ | | | 554 | ぎゅうにゅう | こめ | 80 | ○ | | | 602 |
| ごはん | とりにく | 60 | | ○ | | 小(高) | そばろ | とりミンチ | 50 | | | | 小(高) |
| とりの | しょうゆ | 4 | | | | 615 | どんぶり | だいずミンチ | 5 | | | | 704 |
| てりやき | みりん | 2 | | | | 中・高 | さつまじる | しょうが | 1 | | | | 中・高 |
| こまつなの | さけ | 1 | | | | 753 | | たまねぎ | 50 | | | | 874 |
| にびたし | こまつな | 15 | | ○ | | | | にんじん | 15 | | | | |
| さわにわん | はくさい | 30 | | ○ | | | | ピーマン | 10 | | | | |
| | にんじん | 5 | | ○ | | | | あぶら | 0.5 | | | | |
| | うすあげ | 10 | | ○ | | | | さとう | 4.5 | | | | |
| | あぶら | 1 | ○ | | | | | しょうゆ | 7 | | | | |
| | しょうゆ | 2.5 | | | | | | さけ | 2 | | | | |
| | みりん | 1 | | | | | | とりにく | 10 | | | | |
| | だしじる | | | | | | | さつまいも | 40 | | | | |
| | ぶたにく | 10 | | ○ | | | | だいこん | 20 | | | | |
| | だいこん | 20 | | ○ | | | | にんじん・たけのこ | 10 | | | | |
| | にんじん | 10 | | ○ | | | | ごぼう | 10 | | | | |
| | ごぼう | 10 | | ○ | | | | しろねぎ | 5 | | | | |
| | たけのこ | 10 | | ○ | | | | あぶら | 1 | | | | |
| | ねぎ | 10 | | ○ | | | | みそ | 8 | | | | |
| | ほししいたけ | 1 | | ○ | | | | さけ | 2 | | | | |
| | しょうゆ | 1 | | | | | | だしじる | | | | | |
| | さけ | 2 | | | | | | | | | | | |
| | しお こしょう | | | | | | | | | | | | |
| | だしじる | | | | | | | | | | | | |
| 21日(水) | ぎゅうにゅう | 206 | | ○ | | 小(低) | 23日(金) | ぎゅうにゅう | 206 | | ○ | | 小(低) |
| ぎゅうにゅう | ハニーバンズ | 50 | ○ | | | 590 | ぎゅうにゅう | こめ | 70 | | ○ | | 573 |
| ハニーバンズ | ハンバーグ | 60 | | ○ | | 小(高) | ハムピラフ | ハム | 30 | | ○ | | 619 |
| ハンバーグ | たまねぎ | 40 | | | ○ | 638 | とりにくと | たまねぎ | 30 | | | ○ | 中・高 |
| ハヤシソース | にんじん | 10 | | | ○ | 796 | ほうれんそうの | ホールコーン | 10 | | | ○ | 755 |
| かぼちゃ | マッシュルーム | 5 | | | ○ | | コーンスープ | マッシュルーム | 5 | ○ | | | |
| サラダ | ブロッコリー | 20 | | | ○ | | みかんかんづめ | オリーブオイル | 2 | ○ | | | |
| | あぶら | 1 | ○ | | | | | しろワイン | 2 | | | | |
| | ハヤシルウ | 6 | ○ | | | | | しお こしょう | | | | | |
| | ケチャップ | 3 | | | | | | とりにく | 10 | | ○ | | |
| | ウスターソース | 1 | | | | | | ほうれんそう | 15 | | | ○ | |
| | あかワイン | 1 | | | | | | たまねぎ | 30 | | | ○ | |
| | とりがらスープ | 5 | | | | | | にんじん | 10 | | | ○ | |
| | こしょう | | | | | | | しめじ | 5 | | | ○ | |
| | かぼちゃ | 30 | | | | | | クリームコーン | 30 | | | ○ | |
| | さやいんげん | 10 | | | | | | あぶら | 0.5 | ○ | | | |
| | きゅうり | 10 | | | | | | ホワイトルウ | 8 | ○ | | | |
| | コーンクリーム | 10 | | | | | | とうにゅう | 20 | | ○ | | |
| | ドレッシング | 10 | | | | | | しろワイン | 2 | | | ○ | |
| | | | | | | | | とりがらスープ | | | | | |
| | | | | | | | | しお こしょう | | | | | |
| | | | | | | | | みかんかんづめ | 40 | | | ○ | |

給食がはじまりました。

今年度も、子どもたちが元気で

学校生活がおくれるよう、

安全・安心で子どもたちが楽しみにしてくれる

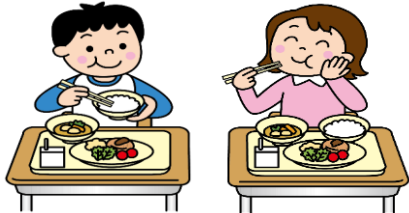
おいしい給食を作っていきたいと思っています。

4月の給食は、新型コロナウイルス感染症予防のため配膳

時間の短縮、摂食介助の配慮、時間をかけすぎずに食べられ

るを目的に、品数を減らし、食べやすい献立にしています。

ご理解とご協力をお願いいたします。



●きゅうしょくのやくそくを
まもりましょう!

- ★てをきれいにあらいましょう。
- ★マスク・エプロン・
さんかくきんなどを
かならずつけましょう。
- ★きゅうしょくまえは、しずかに
すわってまちましょう。
- ★よくかんでたべましょう。
- ★のこさずたべましょう。



(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)