



# 4月のこんだて

平成27年度  
北町小学校

日	曜	牛乳	献立名	赤の食品 血や肉 歯や骨をつくる	黄色の食品 体温を保ち、体を動かすもとになる	緑の食品 体の調子をととのえ病気にかけりにくくする	エネルギー Kcal	たん白質 g
7	火	○	桜ごはん 春野菜のかき揚げおろしつゆ きぬさやの味噌汁	竹輪 たまご 豆腐 みそ 牛乳 小えび	米もち米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油	人参 明日葉 根みつば さや えんどう 桜塩漬 玉葱 ふきの とう 大根	618	20.8
8	水	○	まめツナごはん ししゃもの塩焼 春キャベツのおかかあえ かきたま汁 清見オレンジ	大豆 ツナ かつお節 豆腐 たまご 牛乳 ししゃも	米 麦 砂糖 でんぶん ゴマ	人参 小松菜 ほうれんそう 生姜 キャベツ ねぎ 清見オレンジ	623	29.6
9	木	○	★1年生給食スタート★ ジャムサンド ポークビーンズ コーンサラダ	ベーコン 豚肉 大豆 牛乳	食パン じゃがいも 砂糖 い ちごジャム 油	人参 トマトピューレ セロリー にんにく 玉葱 キャベツ ホール コーン きゅうり	616	24.7
10	金	○	玄米ごはん チキンカレー うどわかめの酢みそあえ	鶏肉 レンズまめ みそ 牛乳 わかめ	米 玄米 じゃがいも 小麦 粉 中ざら糖 砂糖 油 パ ター	人参 にんにく 玉葱 りんごう ど きゅうり	649	20.0
13	月	○	チキンライス リボンマカロニスープ みかんゼリー	鶏肉 えび レンズまめ 牛乳 寒天	米 麦 マカロニ 砂糖 パ ター 油	トマトジュース 人参 玉葱 マッシュルーム グリンピース キャベツ みかんジュース み かん缶	618	21.3
14	火	○	豆わかごはん 新じゃがいもの五目煮 青菜のすまし汁	大豆 鶏肉 牛乳 わかめ こんぶ	米 麦 じゃがいも こんにゃ く 砂糖 油	人参 さやえんどう 小松菜 干 し椎茸 ねぎ	585	20.7
15	水	○	ぶどうパン ツナのチーズローフ じゃがいもとベーコンのスープ	ツナ たまご ベーコン 牛 乳 チーズ	ぶどうパン パン粉 じゃが いも 油	人参 小松菜 ねぎ 玉葱	636	28.1
16	木	○	きびごはん 家常豆腐 やさいのナムル	豚肉 生揚げ みそ 牛乳	米 きび 砂糖 でんぶん 油 ごま油 ゴマ	人参 さやいんげん ほうれん そう 生姜 干し椎茸 たけのこ ねぎ キャベツ にんにく もや し	634	25.7
17	金	○	★入学・進級お祝い献立★ 赤飯 つくね蒸し もやしサラダ 若竹汁	ささげ 鶏肉 たまご みそ うずら卵 豆腐 牛乳 わ かめ	米もち米 パン粉 砂糖 ご ま ごま油	人参 ねぎ 玉葱 干し椎茸 も やし きゅうり 新たけのこ	619	28.4
20	月	○	焼豚チャーハン 春巻 わかめスープ	焼き豚 豚肉 牛乳 わか め	米 麦 でんぶん 春巻の皮 小麦粉 ごま油 油 ゴマ	人参 干し椎茸 玉葱 ねぎ グ リンピース にんにく 生姜 た けのこ キャベツ	627	20.7
21	火	○	ごはん さばの昆布焼き 塩もみやさい なめこの味噌汁	さば 豆腐 油揚げ みそ 牛乳 とろろ昆布	米 ゴマ	人参 キャベツ きゅうり かぶ なめこ ねぎ	598	27.0
22	水	○	ジャージャーメン チンゲン菜としめじのスープ	豚肉 レンズまめ みそ 八丁みそ 鶏肉 豆腐 牛 乳	蒸し中華めん 砂糖 でん ぶん 油 ごま油	人参 チンゲン菜 もやし きゅ うり にんにく 生姜 ねぎ たけ のこ 玉葱 しめじ えのき	634	27.2
23	木	○	春炊きごはん いかのさらさ揚げ 春きゃべつのごま酢あえ わかめと豆腐のすまし汁	油揚げ いか 豆腐 牛乳 わかめ	米 麦 砂糖 小麦粉 でんぶ ん ゴマ 油 ごま油	人参 新たけのこ ふき グリン ピース 生姜 キャベツ 干し椎 茸 ねぎ	570	23.2
24	金	○	ミルクパン ポテトの重ね焼き きゃべつとコーンのスープ デコボン	豚肉 牛乳 チーズ	ミルクパン じゃがいも 小 麦粉 油 パター	人参 トマトピューレ パセリ 小松菜 玉葱 ホールコーン キャベツ デコボン	587	23.0
27	月	○	たけのこごはん 鯖みそマヨ焼き 白菜の浅漬け にらたま汁	油揚げ さわら みそ たま ご 牛乳	米 麦 砂糖 じゃがいも で んぶん マヨネーズ ゴマ	人参 にら 新たけのこ 白菜 かぶ 生姜 ねぎ	609	27.1
28	火	○	ごはん とうふのまご焼き ほうれん草と桜えびののりあえ 新玉ねぎのみそ汁	鶏肉 豆腐 たまご 油揚 げ みそ 牛乳 さくらえび のり	米 でんぶん 砂糖 じゃが いも 油	人参 ほうれんそう 葉ねぎ 玉 葱 グリンピース もやし	606	25.4
30	木	○	あじフライバーガー ポテトミルクスープ	あじ たまご ベーコン 牛 乳	丸パン 小麦粉 パン粉 じゃがいも 油 パター	人参 小松菜 キャベツ 玉葱 ホールコーン コーンクリーム	611	27.3

食材料購入等の都合で献立を変更する場合があります。