

4月の献立表

平成26年度 練馬区立仲町小学校

日	曜日	牛乳	献立名	おもな食品と働き			栄養価 <small>たんぱく質</small>
				赤:おもに体をつくるものとなる食品	黄:おもにエネルギーのもととなる食品	緑:おもに体の調子を整えるものとなる食品	
8	火	○	鮭ちらしずし けんちん汁 いちご	牛乳 卵、さけ、油揚げ 鶏肉、木綿豆腐	米 砂糖、こんにやく、さといも サラダ油	にんじん、さやいんげん かんぴょう、干しいたけ ごぼう、大根、ねぎ、いちご	618 26.4
9	水	○	ミルクパン 鶏ささみのアーモンドフライ ベーコンと野菜のスープ・カレーポテト	牛乳 鶏肉、卵、ベーコン	ミルクパン 小麦粉、パン粉、じゃがいも ローストアーモンド	にんじん、パセリ、玉ねぎ キャベツ	619 28.7
10	木	○	ごはん イカのチリソース 広東スープ・小松菜とひじきのナムル	牛乳 いか、豆板醤、豚肉 木綿豆腐、芽ひじき	米 麦、でんぷん、小麦粉 砂糖、くず粉、ごま油 サラダ油、ごま	にんじん、チンゲン菜、小松菜 にんにく、しょうが、ねぎ 干しいたけ、たけのこ 白菜、もやし	603 26.8
11	金	○	カレーパン ヌードルスープ 海草サラダ	牛乳 豚肉、レンズまめ 卵、ベーコン、わかめ	丸パン 小麦粉、パン粉、じゃがいも 干しうどん、砂糖、サラダ油 ごま油、ごま	にんじん、パセリ、玉ねぎ、 マッシュルーム缶、にんにく しょうが、キャベツ、きゅうり もやし	603 25.3
14	月	○	チャーハン 珍珠丸子(チンジュワンズ) ナムル	牛乳 卵、焼き豚、豚肉 レンズまめ	米 パン粉、でんぷん、もち米 サラダ油、ごま油	にんじん、ほうれん草、玉ねぎ ねぎ、グリーンピース、しょうが もやし、にんにく	640 27.4
15	火	○	パインパン 揚魚のバーベキューソース オニオンスープ・紅白ゼリー	牛乳 ホキ、ベーコン、鶏肉 粉寒天	パインパン でんぷん、小麦粉、砂糖 じゃがいも、サラダ油	にんじん、パセリ、しょうが にんにく、りんご、玉ねぎ、 ホールコーン	611 27.4
16	水	○	パエリア 焼きチーズポテト ベジタブルスープ	牛乳 鶏肉、むきえび、いか ベーコン ダイスチーズ	米 じゃがいも、砂糖、くず粉 バター、サラダ油、ごま油	パセリ、にんじん、チンゲン菜 にんにく、玉ねぎ マッシュルーム缶、キャベツ	672 24.1
17	木	○	練馬スパゲティ 豆腐のマフィン ミニトマト	牛乳 ツナ缶、木綿豆腐、卵 レンズまめ	スパゲティ 砂糖、小麦粉、オリーブ油 バター	ミニトマト、大根	694 25.9
18	金	○	ごはん 鶏肉のパンバンジーソース 八宝菜・もやしの塩ナムル	牛乳 豚肉、いか、むきえび うずら卵、鶏肉	米 麦、くず粉、砂糖、サラダ油 ごま油、ごま	にんじん、しょうが、にんにく 玉ねぎ、新たけのこ、白菜 干しいたけ、ねぎ、もやし	667 29.1
21	月	○	あわごはん 魚のごまだれ揚げ 若竹汁・ひじきの炒煮	牛乳 ホキ、木綿豆腐、かまぼこ 鶏肉、油揚げ、さつま揚げ わかめ、だし昆布、ひじき	米 もちあわ、小麦粉、でんぷん、 砂糖、くず粉、こんにやく ごま、サラダ油	にんじん、しょうが、新たけのこ	607 25.1
22	火	○	フレンチトースト 新じゃがいものそぼろ煮 大豆入りサラダ	牛乳 卵、豚肉、大豆 わかめ	食パン 砂糖、じゃがいも、くず粉 バター、ごま油、サラダ油	にんじん、さやいんげん しょうが、玉ねぎ、きゅうり もやし	651 25.2
23	水	○	四川みそ豆腐丼 中華スープ もやしのピリ辛風味	牛乳 豚肉、赤みそ、八丁味噌 豆板醤、木綿豆腐	米 麦、砂糖、くず粉、サラダ油 ごま油、ごま	にんじん、チンゲン菜、にんにく しょうが、干しいたけ、たけのこ 玉ねぎ、ねぎ、もやし	646 27.9
24	木	○	胚芽パン・手作りみかんジャム 白身魚のバジルソース ミネストローネ	牛乳 たら、ベーコン、いんげん豆 生クリーム	胚芽パン じゃがいも、シェルマカロニ 砂糖、コーンスターチ、オリーブ 油 まつの実、サラダ油、バター	ほうれん草、にんじん トマト缶、パセリ、にんにく 玉ねぎ、みかん缶、オレンジジュース	631 27.8
25	金	○	たけのこごはん ししゃもの磯辺揚げ むらくも汁・清見オレンジ	牛乳 油揚げ、卵、鶏肉 木綿豆腐、ししゃも あおのり、だし昆布	米 小麦粉、くず粉	みつば、たけのこ 干しいたけ、ねぎ 清見オレンジ	621 26.4
28	月	○	ごはん・海苔の佃煮 さばのおろしソース すまし汁・ほうれん草のごまあえ	牛乳 まさば、あらはんぺん だし昆布、わかめ、焼きのり	米 麦、でんぷん、砂糖、ごま	ほうれん草、にんじん、しょうが 大根、ねぎ、もやし	650 25.6
30	水	○	五目ごはん まさご揚げ のっぺい汁	牛乳 鶏肉、油揚げ、木綿豆腐 レンズまめ、卵、豚肉 だし昆布	米 砂糖、でんぷん、くず粉 こんにやく、さといも、竹輪ふ サラダ油	にんじん、ごぼう、干しいたけ たけのこ、玉ねぎ、グリーンピース 大根、ねぎ	652 28.1

* 食材料の発注の都合により献立を変更する場合があります。



1年生は14日(月)から給食が始まります。
学校給食費の徴収にご協力ください。

最初の引き落としは5月7日(水)です。

連休が入りますので4月末日までに2か月分を入金しておいてください。

また、1年生は6月に3か月分の引き落としになります。

よろしくお願いします。