



4月の献立表



平成27年4月

練馬区立旭町小学校

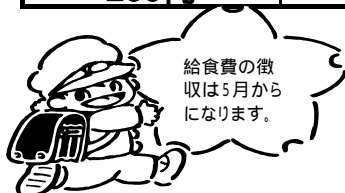
日	曜	牛乳	献立名	おもな食品と働き			栄養価 エネルギー-kcal 蛋白質 g
				赤：血や肉をつくる	黄：熱や力の元になる	緑：体の調子を整える	
8	水	○	ひじきごはん しんじゃがいものそばろに さわにわん	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ たいず ぶたにく ひじき だし	こめ こんにやく さとう しんじゃがいも くずこ でんぷん あぶら	さやいんげん にんじん えのきたけ さやえんどう しょうが たまねぎ ほししいたけ たけのこ だいこん	614 25.6
9	木		ミルクパン パセリポテト とりにくのあげアーモンドからめ ベジタブルスープ	ぎゅうにゅう とりにく みそ ベーコン とりがら とんこつ	ミルクパン でんぷん じゃがいも アーモンド さとう あぶら ごまあぶら	パセリ にんじん チンゲンサイ たまねぎ キャベツ	627 24.6
10	金	○	しせんみそとうふどん かきたまスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうふ わかめ たまご とんこつ	こめ むぎ さとう くずこ はるさめ でんぷん あぶら ごまあぶら	にんじん チンゲンサイ ほししいたけ あかピーマン にんにく しょうが たけのこ たまねぎ コーンかん	619 26.2
13	月	○	一年生給食スタート パンパン さんしょくサラダ ポルシチ	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン いんげんまめ とりがら	パンパン さとう じゃがいも あぶら	にんじん トマトかん だいこん たまねぎ きゅうり れいとうコーン しょうが かぶ にんにく キャベツ セロリー	577 21.6
14	火	○	エビピラフ スペインふうオムレツ やさいのスープ	ぎゅうにゅう えび ウィンナー たまご たいず とりがら とんこつ	こめ じゃがいも あぶら バター	パセリ にんじん キャベツ マッシュルームかん れいとうグリーンピース たまねぎ	629 28.8
15	水	○	セサミトースト かいそうサラダ ホワイトシチュー	ぎゅうにゅう とりにく えび たいず わかめ なまクリーム とりがら	しょくパン グラニューとう さとう じゃがいも こむぎこ ごま バター あぶら ごまあぶら	にんじん きゅうり もやし コーンかん たまねぎ れいとうグリーンピース マッシュルームかん はくさい	656 28.1
16	木	○	入学・進級祝い献立 おせきはん さわらのさいきょうやき わかたけじる こうはくゼリー	ぎゅうにゅう あずき さわら みそ とうふ かまぼこ だし こなかてん	こめ もちごめ さとう ごま	こまつな にんじん にんにく しょうが オレンジジュース しんたけのこ	612 27.6
17	金	○	たけのごはん のりあげくん こんさいのみそしる	ぎゅうにゅう あぶらあげ たまご とりにく みそ のり わかめ だし	こめ じゃがいも パンこ さとう あぶら	みつば さやえんどう にんじん しんたけのこ れんこん ねぎ だいこん	602 23.5
20	月	○	ごはん はっぼうさい チンジュワズ あっさりワカメスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ いか えび うずらのたまご たまご とんこつ とりがら レンズまめ	こめ むぎ くずこ ばんこ でんぷん もちごめ あぶら ごまあぶら ごま	にんじん しょうが にんにく たけのこ たまねぎ はくさい ほししいたけ ねぎ しょうが	690 29.9
21	火	○	しょくパン てづくりピーチジャム じゃがいものみそチーズやき ポトフ	ぎゅうにゅう ベーコン みそ とりにく ウィンナー いんげんまめ チーズ ヨーグルト とりがら とんこつ	しょくパン さとう コーンスターチ じゃがいも マヨネーズ あぶら	ピーマン パセリ にんじん ももかん ももジュース キャベツ たまねぎ にんにく えのきたけ	669 24.5
22	水		しのだどんぶり かまぼこのすましじる	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく なると かまぼこ わかめ だし	こめ むぎ さとう でんぷん あぶら ごま	にんじん ほししいたけ れいとうグリーンピース たまねぎ えのきたけ ねぎ	582 22.3
23	木		ジャージャーめん バークドポテト	ぎゅうにゅう たいず ぶたにく みそ	むしちゅうかめん さとう でんぷん じゃがいも バター あぶら ごま ごまあぶら	にんじん もやし きゅうり ねぎ にんにく しょうが たけのこ ほししいたけ たまねぎ セロリー	629 24.3
24	金		ごはん やさいのおひたし いかのごまだれやき みだくさんみそしる きよみオレンジ	ぎゅうにゅう いか とうふ あぶらあげ みそ わかめ だし	こめ むぎ さとう じゃがいも ごま ごまあぶら	ピーマン ほうれんそう だいこん たまねぎ にんじん にんにく しょうが ねぎ りんご キャベツ きよみオレンジ	622 27.1
27	月	○	アーモンドサンド キャベツサラダ こぶきいも ライスボールスープ	ぎゅうにゅう とりにく とりがら とんこつ スキムミルク	コッペパン さとう こめ バター じゃがいも でんぷん アーモンド あぶら	にんじん ほうれんそう キャベツ きゅうり たまねぎ えのきたけ	593 19.6
28	火	○	ごはん てづくりふりかけ さかなのマヨネーズやき なまあげのみそしる あまなつ	ぎゅうにゅう ホキ なまあげ みそ はなかつお わかめ あおのり なまクリーム ちりめんじゃこ だし	こめ むぎ マヨネーズ ごま	にんじん あかピーマン ほうれんそう たまねぎ ねぎ マッシュルームかん あまなつ	626 26.3
30	木		ごもくごはん わかさぎのなんばんづけ のっぺいじる	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ぶたにく とうふ わかさぎ だし	こめ さとう こむぎこ こんにやく さとも ちくわぶ でんぷん あぶら	にんじん ごぼう ほししいたけ ねぎ だいこん	576 21.7

*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。



早寝早起き朝ごはん
「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク

平成27年度 学校給食費について			一食単価
低学年	中学年	高学年	
238円	252円	271円	



学校給食費は昨年度と変更はありません。月額給食費の請求につきましては配布されます給食費の案内をご確認ください。

