

# 4 月 分 学 校 給 食 献 立 表

○ 小松島産の食材

日 曜	献 立 名	食 品 名			熱量 kcal
		血やきん肉やほねをつくる(赤)	ねつや力のもとになる(黄)	体のちょうしをととのえる(緑)	
9 金	(しょくパン2まい) セルフハムサンド (ハム・キャベツ・チーズ) マヨネーズ みたくさんスープ	ハム チーズ ぶたにく ぎゅうにゅう	マヨネーズ しょくパン	キャベツ はくさい にんじん たまねぎ コーン こまつな ほししいだけ	631
12 月	ごはん	ぶたにくのしょうがやき きりほしだいこんのツナあえ	ぶたにく まぐるみず ぎゅうにゅう	さとう あぶら こま こめ	626
13 火	ごはん	さわらのしおやき キャベツのかりかりあえ けんちんじる ふりかけ	さわらのしおやき とうふ あぶらあげ ぎゅうにゅう	こまあぶら ふりかけ こめ	591
14 水	こめこ コッペパン	すぶた あんにとんどうふ	ぶたにく うすらたまご ぎゅうにゅう	でんぷん あぶら さとう あんにとんどうふ こめこパン	673
15 木	(ごはん)	おやこどんぶり ごまあえ	とりにく たまご かまぼこ ぎゅうにゅう	さとう ごま こめ	589
16 金	こめこ コッペパン	ハンバーグのきのこソース やさいのスープに	ハンバーグ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう	さとう じゃがいも こめこパン	622
19 月	ごはん	ちくわのにしょくあげ しばづけ ふしめんじる	ちくわ たまご あおのり あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	こむぎこ こめこ あぶら ふしめん こめ	651
20 火	ごはん	こうやどうふのふくめに キャベツとちりめんのすのもの ひじきのり	こうやどうふ とりにく かまぼこ えだまめ ちりめん ひじきのり ぎゅうにゅう	じゃがいも さとう ごま こめ	649
21 水	こめこ コッペパン	はっぽうさい えだまめしゅうまい	ぶたにく いか えび うすらたまご えだまめしゅうまい ぎゅうにゅう	でんぷん あぶら こめこパン	600
22 木	(ごはん)	カレーライス アスパラサラダ ふくじんづけ	ぎゅうにく ぶたにく スキムミルク ぎゅうにゅう	じゃがいも あぶら カレールウ こめ	683
23 金	こめこ コッペパン	こまつしまさんハモフライ ポイルキャベツ ソース ABCマカロニスープ おいおいクレープ	こまつしまさんハモフライ ぶたにく ぎゅうにゅう	あぶら マカロニ クレープ こめこパン	675
26 月	ごはん	マーボーどうふ ナムル	とうふ ぶたにく レンズまめ えだまめ みそ ハム ぎゅうにゅう	さとう あぶら でんぷん ごまあぶら こめ	650
27 火	ごはん	さばのみそに やさいとだいすのいそに	さば みそ とりにく だいす ひじき ぎゅうにゅう	さとう じゃがいも こめ	740
28 水	こめこ コッペパン	チキンチキンごぼう ちゅうかふうコーンスープ	とりにく ベーコン たまご ぎゅうにゅう	でんぷん あぶら さとう ごま こめこパン	614
30 木	こめこ ココア コッペパン	オムレツ ミニトマト こまつなのこめこシチュー	オムレツ ウィナー スキムミルク ぎゅうにゅう	こめこ バター こめこココアパン	593

※牛乳は毎回つきます。

※学校給食摂取基準 熱量 小学校...650kcal

※材料等の都合により、献立を変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

※1年生は、4/15(木)より給食が始まります。