平成 31 年

4月　給食献立表

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	月	ご飯 魚のかば焼き ほうれん草ともやしのナムル みそ汁	牛乳（3時） お野菜ホットケーキ	あじ・油揚げ・普通牛乳	精白米・薄力粉・いりごま・ホットケーキミックス	ほうれんそう・りょくとうもやし・にんじん・たまねぎ・みずかけな・かぼちゃ
2	火	ご飯 豚のしょう　が煮 ひじき煮 みそ汁	牛乳（3時） 苺ジャムケーキ	ぶたもも・焼き竹輪・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・ホットケーキミックス	しょうが・乾ひじき・にんじん・たまねぎ・青ねぎ
3	水	ご飯 ミルフィーユカツ 切干し　大根の煮物 すまし汁	牛乳（3時） フルーツゼリー	ぶたもも・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・薄力粉・パン粉	切干しだいこん・にんじん・たまねぎ・えのきたけ・りんごジュース・みかん缶詰・いちご・寒天
4	木	ご飯 カレイのあんかけ ツナサラダ 中華スープ	牛乳（3時） きなこ団子	まがれい・まぐろ油漬缶詰・普通牛乳・きな粉	精白米・白玉粉	にんじん・たまねぎ・えのきたけ・キャベツ・青ねぎ・生しいたけ・きくらげ
5	金	ご飯 焼きそ　ば ひき肉と豆のトマト煮込み コンソメスープ	牛乳（3時） ツナマヨトースト	ぶたかたロース・大豆・牛ひき肉・ぶたひき肉・普通牛乳・まぐろ油漬缶詰	精白米・中華めん・じゃがいも・食パン・マヨネーズ	にんじん・たまねぎ・りょくとうもやし・キャベツ・青ピーマン・トマトホール缶詰
6	土	ご飯 肉じゃが ゆかりの和えもの みそ汁	牛乳（3時） ココアケーキ	牛かた(赤肉)・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・じゃがいも・ホットケーキミックス	にんじん・たまねぎ・キャベツ・りょくとうもやし
8	月	わかめごはん さ　ばの煮つ　け 厚揚げの甘煮 みそ汁	牛乳（3時） お麩ス　ナック	さば・生揚げ・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・車ふ・グラニュー糖	乾わかめ・しょうが・にんじん・たまねぎ・みずかけな
9	火	ご飯 牛肉のしぐれ煮 高野の煮物 みそ汁	牛乳（3時） りんごケーキ	牛かた・凍り豆腐・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・ホットケーキミックス	ごぼう・にんじん・たまねぎ・りんご
10	水	ご飯 とりの照り焼き 塩昆布の和えもの みそ汁	牛乳（3時） オレンジゼリー	若鶏もも・生揚げ・普通牛乳	精白米	キャベツ・りょくとうもやし・塩昆布・にんじん・たまねぎ・みずかけな・みかんジュース・みかん缶詰・寒天
11	木	ご飯 オムレツ風（アスパラ・トマト） マカロニサラダ 春キャベツのコンソメスープ	牛乳（3時） ピザトースト	鶏卵・普通牛乳・まぐろ油漬缶詰・プロセスチーズ	精白米・マカロニ・スパゲティ・マヨネーズ・食パン	にんじん・トマト・アスパラガス・トマトケチャプ・キャベツ・たまねぎ・コーン缶詰粒
12	金	ご飯 魚のオーロラ焼き ジャーマンポテト わかめスープ	牛乳（3時） 苺スコーン	ベーコン・普通牛乳	精白米・じゃがいも・ホットケーキミックス	にんじん・乾わかめ・たまねぎ・生しいたけ・いちごジャム
13	土	ご飯 お好み焼き さ　つまいも甘煮 みそ汁	牛乳（3時） みかんケーキ	ぶたロース・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・薄力粉・さつまいも・ホットケーキミックス	キャベツ・ひじき・にんじん・たまねぎ・青ねぎ・みかん缶詰
15	月	ご飯 親子丼 キャベツとちくわの和え物 みそ汁 果物	牛乳（3時） 玄米フレーククッキー	鶏もも・鶏卵・焼き竹輪・油揚げ・普通牛乳	精白米・玄米・薄力粉・有塩バター・三温糖	キャベツ・りょくとうもやし・にんじん・たまねぎ・こまつな・バナナ
16	火	ご飯 鶏肉のから揚げ ナムル すまし汁	牛乳（3時） オレンジゼリー	若鶏もも・普通牛乳	精白米・片栗粉・しらたき・いりごま	キャベツ・りょくとうもやし・にんじん・たまねぎ・青ねぎ・えのきたけ・みかんジュース・みかん缶詰・寒天
17	水	ご飯 カレイの煮つ　け 切り干し　大根のサラダ 豚汁	牛乳（3時） きなこスナック	まぐろ油漬缶詰・ぶたもも・普通牛乳・きな粉	精白米・マヨネーズ・生いも板こんにゃく・車ふ	切干しだいこん・にんじん・たまねぎ・ごぼう・青ねぎ
18	木	ご飯 大豆入りカレー もやし　ゴマ酢和え 福神漬 果物	ヤクルト お誕生日ケーキ	牛ばら・大豆・乳酸菌飲料・鶏卵・ホイップクリーム	精白米・じゃがいも・いりごま・薄力粉・グラニュー糖	にんじん・たまねぎ・りょくとうもやし・キャベツ・福神漬・りんご・バナナ
19	金	ご飯 魚のマヨネーズ焼 おから炒り煮 かきたま汁	牛乳（3時） ジャムサンド	ホキ・おから・焼き竹輪・木綿豆腐・鶏卵・普通牛乳	精白米・マヨネーズ・しらたき・食パン	にんじん・たまねぎ・青ねぎ・いちごジャム
20	土	ご飯 豚肉と厚揚げのみそ炒め おかか和え すまし汁	牛乳（3時） 果物 きなこあめ	生揚げ・ぶたかた・かつお節・普通牛乳・きな粉	精白米・はちみつ	キャベツ・りょくとうもやし・えのきたけ・バナナ
22	月	ご飯 鶏つくね　煮 かぼちゃ　煮 もやしスープ	牛乳（3時） 果物 チーズ	鶏ひき肉・普通牛乳・プロセスチーズ	精白米	にんじん・かぼちゃ・りょくとうもやし・たまねぎ・オレンジ
23	火	ご飯 ホキのいそ天ぷら ツナの酢の物 すまし汁	牛乳（3時） バナナケーキ	ホキ・まぐろ油漬缶詰・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・薄力粉・ホットケーキミックス	あおのり・キャベツ・りょくとうもやし・にんじん・たまねぎ・こまつな・バナナ
24	水	ひじきごはん わかめ　うどん 厚揚げの卵とじ 果物	牛乳（3時） スティッククラスク	生揚げ・鶏卵・普通牛乳	精白米・ゆでうどん・食パン・ソフトマーガリン	乾ひじき・乾わかめ・りんご
25	木	ご飯 お豆腐ナゲット じゃがいものきんぴら みそ汁	牛乳（3時） ミルクわらび餅	鶏ひき肉・木綿豆腐・普通牛乳・きな粉	精白米・じゃがいも・いりごま	にんじん・たまねぎ・キャベツ
26	金	ご飯 魚のパン粉焼き ひじきサラダ わ　かめスープ	牛乳（3時） ちんすこう	ホキ・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・パン粉・マヨネーズ・薄力粉・ラード	にんじん・乾ひじき・乾わかめ・たまねぎ
27	土	ご飯 牛丼 高野の煮物 みそ汁	牛乳（3時） マーブルケーキ	牛もも・凍り豆腐・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・青ねぎ

ご入園・ご進級おめでとうございます

日ごとに暖かくなり、たくさんの花々が咲き誇る季節となりました。
初めての集団生活や進級など新しい生活が始まりますね。
今月は早く給食に慣れ楽しく食べてほしいと思い、食べやすそうな献立を取り入れました。給食室では、子どもたちが給食の時間を楽しみにしてくれるように工夫し、健康を考え安心で安全な給食作りを目指していきたいと思っています。
今年度もよろしくお願いします。

--- 献立表について ---

- アレルギーのある子どもの保護者の方も、その日に使う食材が分かるように食材を表示しています。
  （アレルギーの子どもには除去食・代替食で対応致します）
- 食材の都合により、献立の変更もありますのでご了承下さい。