



令和6年度

4 月 給食献立表

郡山市立片平小学校

※学校給食用のご飯は、郡山産米の  を使用しています

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
10 水	ポークカレーライス	○	コーンサラダ いちご	豚肉, 大豆, 牛乳, ソフトチキン	米, 麦, じゃがいも, 油, 砂糖	玉ねぎ, にんじん, グリンピース, にんにく, しょうが, キャベツ, コーン, いちご	671 kca 26.2 g 21.1 g 2.0 g
11 木	黒糖パン	○	ひき肉団子のスープ ツナサラダ ヨーグルト	牛乳, 鶏挽肉, 大豆ミート, たまご, ツナ, ヨーグルト	小麦粉, 黒砂糖, ごま油, かたくり粉, マロニー, 油, 砂糖	ねぎ, 小松菜, にんじん, もやし, たけのこ, きくらげ, キャベツ, コーン	635 kca 30.3 g 22.7 g 2.0 g
12 金	麦ごはん	○	マーボー豆腐 えびシューマイ パンサンサー	牛乳, 豚挽肉, クラッシュ大豆, 木綿豆腐, みそ, えびシューマイ, ハム	米, 麦, 砂糖, かたくり粉, 油, はるさめ, ごま油	にら, ねぎ, にんじん, にんにく, しょうが, もやし, キャベツ	664 kca 28.6 g 22.2 g 1.9 g
15 月	麦ごはん	○	メンチカツ 和風サラダ 油揚げのみそ汁	牛乳, メンチカツ, ソフトチキン, 油揚げ, 煮干し, みそ	米, 麦, 油, 砂糖, ごま油, じゃがいも	キャベツ, にんじん, 小松菜, もやし, だいこん, ねぎ	633 kca 24.1 g 20.7 g 2.2 g
16 火	パンズパン	○	ハンバーグトマトソースかけ コールスロー コンソメスープ プリン	牛乳, ハンバーグ, ベーコン, プリン	小麦粉, 油, 砂糖, マヨネーズ, じゃがいも	玉ねぎ, トマトケチャップ, キャベツ, にんじん, ピーマン, コーン, パセリ	664 kca 30.2 g 24.9 g 1.8 g
17 水	麦ごはん	○	タッチョリム ほうれん草と玉子のナムル わかめスープ みかんゼリー	牛乳, 鶏肉, 炒り玉子, わかめ, なた, 木綿豆腐	米, 麦, 砂糖, 油, かたくり粉, ごま, ごま油, トック	小松菜, にんにく, もやし, ほうれん草, ねぎ, 玉ねぎ, にんじん, ねぎ, みかんゼリー	629 kca 27.7 g 17.4 g 2.2 g
18 木	みそラーメン	○	蒸しぎょうざ すき昆布の香味あえ	豚肉, みそ, 牛乳, 餃子, すき昆布	中華めん, 油, 砂糖, ごま油	キャベツ, ねぎ, にら, にんじん, コーン, きくらげ, にんにく, しょうが, もやし	648 kca 29.0 g 19.2 g 2.4 g
19 金	(入学祝い献立)(食育の日) 赤飯	○	鶏肉の竜田揚げ わかめのあえもの すまし汁	あずき, 牛乳, 鶏肉, わかめ, 木綿豆腐, なた, かつお節	米, もち米, ごま, かたくり粉, 油, ごま油, 砂糖, ふ	しょうが, きゅうり, キャベツ, にんじん, しめじ, えのきたけ, ねぎ, コーン	636 kca 29.4 g 19.5 g 1.8 g
22 月	ごはん	○	生揚げの肉みそ煮 のりのつくだ煮 小松菜のおひたし アーモンドカル	牛乳, 豚挽肉, 生揚げ, みそ, のりのつくだ煮, 大豆, かつお節, アーモンドカル	米, じゃがいも, 砂糖, 油, かたくり粉, ごま	玉ねぎ, にんじん, ピーマン, 小松菜, キャベツ	615 kca 28.6 g 19.6 g 1.8 g
23 火			お弁当の日				
24 水	コッペパン	○	いちごジャム ホワイトシチュー キャベツサラダ(フレンチ味) ジュシーフルーツ(美生柑)	牛乳, 鶏肉, ハム	小麦粉, いちごジャム, じゃがいも, バター, 油, 砂糖	にんじん, 玉ねぎ, グリンピース, キャベツ, コーン, パセリ, ジュシーフルーツ	615 kca 27.3 g 22.2 g 2.0 g
25 木	ごはん	○	鮭の塩焼き 野菜のごまあえ 豚汁	牛乳, 鮭, 木綿豆腐, 豚肉, みそ, 煮干し	米, 砂糖, 油, ごま, じゃがいも, こんにゃく	キャベツ, 小松菜, にんじん, ごぼう, だいこん, ねぎ	577 kca 30.1 g 18.9 g 2.1 g
26 金			お弁当の日				
29 月			昭和の日				
30 火	麦ごはん	○	納豆 切干大根の含め煮 南蛮汁	牛乳, 納豆, 鶏肉, さつま揚げ, 生揚げ, みそ, かつお節	米, 麦, 油, 砂糖, じゃがいも	切干しだいこん, にんじん, さやインゲン, ねぎ, ごぼう, だいこん	635 kca 29.0 g 19.2 g 2.2 g

※トマト以外の生野菜は、すべて加熱処理しています。また、食材の都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。

※給食食材は、全て放射線検査を実施し、給食まるごとの安全性が確認されたものを提供しています。