

4 月 分 献 立 予 定 表

A コ ー ス	B コ ー ス	献 立 名	エネルギー kcal	蛋白質 g	赤（血や肉や骨になるもの）		緑（体の調子を整えるもの）		黄（熱や力になるもの）			
					1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群		
4/7 (木)	8 (金)	コッペパン チョコレートクリーム 牛乳 ボークウインナーワインソースかけ 野菜とハムのサラダ いかだんごスープ	873	35.2	ウインナー ハム いか たらすり身 大豆粉 大豆たん白	牛乳 脱脂粉乳 全粉乳	チンゲン菜 人参 トマト 小松菜	ぶどう 玉ねぎ きくらげ 生姜 にんにく	小麦粉 砂糖 でん粉	ショートニング カカオ豆 ココア 大豆油 コーン油 パーム油 米サラダ油 ごま油		
8 (金)	11 (月)	麦ごはん 牛乳 メンチカツ ほうれん草のおひたし 南蛮汁	851	31.6	豚肉 大豆粉 鶏むね肉 味噌 生揚げ そうだかつお節	牛乳	ほうれん草 人参 トマト	玉ねぎ りんご 大根 ねぎ ごぼう	精白米 精麦 コーンスターチ こんにやく 砂糖 パン粉 小麦粉	米白絞油 ごま油 豚脂 菜種油 パーム油 紅花油		
11 (月)	12 (火)	麦ごはん 牛乳 寄せ焼きのバーベキューソースかけ アーモンド和え じゃがいもの味噌汁	831	29.3	豚肉 大豆たん白 油揚げ 味噌 そうだかつお節	牛乳	小松菜 人参	りんご 枝豆 玉ねぎ にんにく もやし しめじ	精白米 精麦 三温糖 砂糖 じゃがいも パン粉	ごま アーモンド		
12 (火)	13 (水)	食パン スライスチーズ 牛乳 豚肉のトマト煮 キャベツのサラダ コンソメスープ	817	38.7	豚もも肉 ハム ベーコン	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	トマト 人参	玉ねぎ キャベツ 大根 マッシュルーム ぶどう にんにく とうもろこし	小麦粉 砂糖	ショートニング 米サラダ油 鶏脂 豚骨 鶏骨 豚骨油		
13 (水)	14 (木)	麦ごはん 大豆ふりかけ 牛乳 肉じゃが ししゃもの南蛮漬け 辛子和え	826	31.5	大豆 豚もも肉 ししゃも	牛乳 のり	人参 かぼちゃ さやいんげん 小松菜	玉ねぎ ねぎ しめじ	精白米 精麦 水あめ じゃがいも 砂糖 でん粉 こんにやく コーンスターチ	米サラダ油 米白絞油 ごま油 ごま		
14 (木)	15 (金)	味噌タンメン 牛乳 野菜餃子 海藻サラダ 甘夏みかん	847	34.3	豚もも肉 味噌 豆板醤 豚肉 大豆たん白	牛乳 茎わかめ 昆布 わかめ 赤とさか 白とさか	人参 にら	キャベツ しいたけ 大根 ねぎ 生姜 甘夏みかん 玉ねぎ にんにく とうもろこし	小麦粉 こんにやく 砂糖	ごま油 ごま 大豆油 豚脂 菜種油 米サラダ油		
15 (金)	18 (月)	ビビンバ丼 牛乳 ビビンパナムル ワンタンスープ 型抜きチーズ	800	37.3	豚もも肉 卵白粉 コチュジャン 鶏むね肉	牛乳 のり チーズ	ほうれん草 人参 小松菜	ぜんまい にんにく 生姜 もやし ねぎ 玉ねぎ	精白米 精麦 こんにやく 三温糖 小麦粉	米サラダ油 ごま油		
18 (月)	19 (火)	麦ごはん 牛乳 マーボー豆腐 春巻 パンサンデー	890	33.3	豆腐 豚もも肉 味噌 豚肉 豆板醤	牛乳	人参 チンゲン菜 にら	生姜 ねぎ たけのこ きくらげ しいたけ	精白米 精麦 砂糖 でん粉 春雨 小麦粉	米サラダ油 大豆油 ごま ショートニング 豚骨 鶏骨 豚骨油 ラー油 ごま油 米白絞油		
19 (火)	20 (水)	食パン いちごジャム&マーガリン 牛乳 パンブキングラタン 小松菜のサラダ シーフードスープ	802	33.2	いか えび 豚もも肉	牛乳 脱脂粉乳 チーズ 乳製品	小松菜 人参 かぼちゃ	とうもろこし 玉ねぎ いちご マッシュルーム	小麦粉 砂糖 水あめ マカロニ じゃがいも	ショートニング バター パーム油 大豆油 米サラダ油 ごま油		
20 (水)	21 (木)	麦ごはん 牛乳 さわら西京焼き キャベツの青じそ風味和え すいとん	822	35.8	さわら 西京味噌 豚もも肉 そうだかつお節 油揚げ 味噌 卵	牛乳	人参 青じそ ほうれん草	キャベツ ねぎ	精白米 精麦 小麦粉 砂糖 でん粉			
21 (木)	22 (金)	コッペパン ブルーベリージャム 牛乳 チーズフォンデュコロケ 枝豆サラダ 洋風かきたまスープ	826	28.6	ベーコン 卵 大豆たん白	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	チンゲン菜 人参 トマト パセリ	ブルーベリー 枝豆 玉ねぎ とうもろこし	小麦粉 じゃがいも 砂糖 パン粉 でん粉 米粉	ショートニング 大豆油 米白絞油 鶏脂 米サラダ油		
22 (金)	25 (月)	麦ごはん のりの佃煮 牛乳 豆腐ハンバーグきのごあんかけ おかか和え もやしの味噌汁 いちごカスタードタルト	821	30.5	鶏肉 かつお かつお節 味噌 卵 豆腐 油揚げ	牛乳 のり ひじき 煮干 いわし煮干 チーズ風味カスタード ホイップクリーム 加糖練乳	ほうれん草 人参	まいたけ しめじ 生姜 もやし 大根 玉ねぎ いちご	精白米 精麦 パン粉 でん粉 水あめ 砂糖 小麦粉	ごま マーガリン 豚脂		
25 (月)	26 (火)	チキンカレー 牛乳 チーズオムレツ 春キャベツのサラダ	892	31.5	鶏もも肉 卵 いか	牛乳 脱脂粉乳 乳糖 チーズ	人参 トマト	玉ねぎ にんにく キャベツ 生姜 りんご パナナ マンゴ パイナップル パパイヤ	精白米 精麦 粉乳小麦粉ルウ じゃがいも 小麦粉 コーンスターチ 砂糖 でん粉	コーン油 バター 豚脂 菜種油 米サラダ油 ごま ココア ココナッツミルクパウダー バターミルクパウダー		
26 (火)	27 (水)	【入学・進級お祝い献立】 赤飯 牛乳 紅鯉竜田揚げ 三色おひたし すまし汁 お祝いケーキ	896	34.0	あずき スケソウタラ 卵 紅鯉 卵白 そうだかつお節 豆腐 かつお節 かつおまぐろエキス さば節 いわし節 むろ節	牛乳 乳製品 ホエイソルト	チンゲン菜 人参 ほうれん草	もやし 生姜 ねぎ たけのこ いちご	もち米 精白米 でん粉 砂糖 大和芋 小麦粉 水あめ	米白絞油 ごま 菜種油 米油		
27 (水)	28 (木)	ツイストパン マーメレードジャム 牛乳 ホワイトシチュー ミートボール ゆで野菜サラダ 河内晩柑	836	34.1	鶏むね肉 かつお節エキス 鶏肉 卵白 大豆たん白 ほたてエキス	牛乳 脱脂粉乳 ホエイパウダー 全粉乳 チーズ	人参 トマト 青じそ	玉ねぎ マッシュルーム キャベツ 夏みかん バレンシアオレンジ みかん 生姜 にんにく 河内晩柑 梅肉 りんご レモン	小麦粉 砂糖 パン粉 水あめ じゃがいも	豚脂 ショートニング バター 米サラダ油 ごま油 ばれいしよ油 菜種油 パーム油 コーン油		
28 (木)	4/7 (木)	麦ごはん 牛乳 ピレカツ ごま和え わかめ汁	829	32.4	豚ヒレ肉 大豆粉 豆腐 味噌 そうだかつお節	牛乳 わかめ	ほうれん草 人参 トマト	りんご 玉ねぎ もやし しめじ ねぎ	精白米 精麦 砂糖 油麩 コーンスターチ パン粉 でん粉	米白絞油 ごま		
1 人 1 食当たりの栄養摂取量			841	33.3	脂 肪	カルシウム	鉄	ビ タ ミ ン		塩 分		
					g	mg	mg	A μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg	g
					24.7	439	3.8	489	0.97	0.75	36	3.9

※ 給食材料の都合により、献立内容を一部変更する場合がありますのでご了承をお願いします。

※ A Bコースの献立は1日ずつずれておりますが、月ごとに同じ献立内容となっております。また、A Bコースの献立は、同一調理場内にて調理しています。

※ すべての野菜は加熱調理をしています。