

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		
4/8 (休)	9 (休)	コッペパン レーズンクリーム 牛乳 ポークウィンナーワインソースかけ 野菜とハムのサラダ えび団子スープ プラマンジェ	851	33.2	豚肉 ハム チキンエキス ポークエキス たら 甘えび 甘えびペース えびパウダー えびエキス たんぱく加水分解物	乳 脱脂粉乳 加糖れん乳 ミルクカルシウム ホエイパウダー 全粉乳	チンゲン菜 人参 小松菜	ぶどう にんにく 生姜 ねぎ 玉ねぎ しいたけ レーズン りんご ゆず レンジ レモン かつ 根	小麦粉 砂糖 でん粉	シュートニング バーム油 大豆油 豚脂 ごま油		
9 (休)	10 (休)	麦ごはん 牛乳 いわしのオレンジ煮 ごぼうサラダ 南蛮汁	837	32.2	いわし 鶏もも肉 生揚げ そうだかつお節 味噌	牛乳	人参 トマト	ごぼう キャベツ ねぎ オレンジ 玉ねぎ	精白米 精麦 砂糖 こんにやく 水あめ	大豆白絞油 マヨネーズ ごま油		
10 (休)	11 (休)	食パン スライスチーズ 牛乳 ハンバーグデミソースかけ チンゲン菜とコーンのサラダ 野菜スープ	857	35.7	鶏肉 植物性たんぱく かつおエキス ベーコン たんぱく加水分解物 豚肉 チキンエキス ポークエキス	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	トマト チンゲン菜 人参	玉ねぎ しょうが マッシュルーム とうもろこし ぶどう 白菜 しいたけ りんご	小麦粉 パン粉 砂糖 じゃがいも 水あめ でん粉	ショートニング バター 豚脂 とうもろこし油 米サラダ油		
11 (休)	14 (休)	麦ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ショウロンボウ 青菜のおひたし	868	38.5	豆腐 豚もも挽肉 鶏肉 味噌 そら豆 ポークエキス チキンエキス	牛乳	にら 人参 小松菜	生姜 ねぎ 玉ねぎ キャベツ	精白米 精麦 砂糖 でん粉 こんにやく 水あめ	米サラダ油 豚脂 ごま油		
14 (休)	15 (休)	麦ごはん 牛乳 納豆 ししゃも磯辺フリッター 和風サラダ のっぺい汁	845	32.1	納豆 魚介エキス かつお節エキス ししゃも 大豆粉 鶏もも肉 そうだかつお節 かつおエキス かつお節	牛乳 あおき	ほうれん草 人参 赤ピーマン	大根 しいたけ ごぼう 玉ねぎ	精白米 精麦 砂糖 里いも こんにやく でん粉 米粉	米白絞油 植物油 なたね油 大豆油		
15 (休)	16 (休)	食パン ブルーベリージャム&マーガリン 牛乳 ハンバーググラタン 春キャベツのサラダ ミネストローネ アーモンド小魚	811	33.3	いか かつおエキス ポークエキス 豚もも肉 チキンエキス たんぱく加水分解物	牛乳 脱脂粉乳 チーズ 乳製品 かたくちいわし	人参 トマト かぼちゃ	キャベツ りんご 玉ねぎ 大根 セロリ グリーンピース ブルーベリー	小麦粉 砂糖 じゃがいも マカロニ	ショートニング 植物油 バター ごま マーガリン とうもろこし油 新サラダ油 豚脂 アーモンド		
16 (休)	17 (休)	野菜カレーライス ヒレカツ 牛乳 小松菜のサラダ	892	31.4	豚もも肉 チキンエキス ポークエキス 大豆粉 ぼたてエキス かつおだし	牛乳 脱脂粉乳 乳糖 チーズパウダー	人参 チンゲン菜 小松菜	玉ねぎ にんにく 生姜 りんご マツタケ パイナップル パパイア バナナ とうもろこし ゆず レモン	精白米 精麦 じゃがいも 小麦粉 パン粉 小麦粉 砂糖 とうもろこしでん粉	米サラダ油 バター 豚脂 米白絞油 植物油 ココナッツミルクパウダー		
17 (休)	18 (休)	ツイストパン いちごジャム 牛乳 つくねのトマトソースかけ ツナと枝豆のサラダ コンソメスープ 甘夏みかん	856	39.5	鶏肉 豚肉 チキンエキス かつおエキス 卵白 びんなまぐろ ベーコン たんぱく加水分解物	牛乳 脱脂粉乳 わかめ (わかめ 昆布 乾わかめ) 白みりん 白とさかのり	トマト 人参 チンゲン菜	いちご ぶどう りんご えだまめ とうもろこし 玉ねぎ 甘夏みかん	小麦粉 砂糖 三温糖 でん粉 パン粉	米サラダ油 豚脂 とうもろこし油 米サラダ油		
18 (休)	21 (休)	野菜そぼろごはん 牛乳 キャベツの青じそ風味和え 油麩の味噌汁 ヨーグルト	802	34.2	鶏むね肉 鶏もも挽肉 味噌 豆腐 そうだかつお節 たんぱく加水分解物 かつお節エキス かつお節粉	牛乳 脱脂粉乳	人参 青じそ	生姜 玉ねぎ キャベツ もやし	小麦粉 精麦 砂糖 油麩 じゃがいも でん粉	米サラダ油 大豆油 植物油		
21 (休)	22 (休)	麦ごはん 牛乳 寄せ焼きのみぞれソースかけ 小松菜のアーモンド和え わかめの味噌汁	859	29.8	豚肉 植物性たんぱく 油揚げ 味噌 そうだかつお節	牛乳 わかめ 脱脂粉乳	小松菜 人参 トマト	玉ねぎ 大根 ねぎ えだまめ にんにく	精白米 精麦 砂糖 パン粉 里いも	マーガリン アーモンド 豚脂 マーガリン ココア バーム やし		
22 (休)	23 (休)	味噌タンメン 牛乳 きのこシュウマイ パンサンスー 型抜チーズ	881	38.6	豚もも肉 味噌 ポークエキス	牛乳 チーズ	人参 にら	キャベツ しいたけ ねぎ 玉ねぎ 生姜 にんにく きりげ とうもろこし もやし しめじ	小麦粉 精麦 さつまいも春雨 砂糖 でん粉 パン粉	大豆油 ごま油 ごま 豚脂		
23 (休)	24 (休)	肉丼 牛乳 小松菜のナムル 大根の味噌汁 レモンカスタードタルト	807	31.1	豚もも肉 味噌 ハム 鶏卵 豆腐 そうだかつお節	牛乳 卵殻カルシウム カスタードクリーム 加糖れん乳	人参 さやいんげん 小松菜	玉ねぎ にんにく 生姜 ねぎ 大根 レモン	精白米 精麦 小麦粉 こんにやく 砂糖 水あめ 三温糖 じゃがいも	ごま マーガリン 米サラダ油 ごま ごま油		
24 (休)	25 (休)	食パン 大豆チョコクリーム 牛乳 きんぴらオムレツ ゆで野菜サラダ シーフードスープ	830	34.7	鶏肉 かつおだし かつおエキス いか えび たんぱく加水分解物 大豆粉 豚もも肉 ポークエキス チキンエキス	牛乳 脱脂粉乳 昆布だし	人参 パセリ	キャベツ ごぼう にんにく 玉ねぎ りんご 生姜 マッシュルーム	小麦粉 砂糖 じゃがいも でん粉	ショートニング 植物油 ごま 大豆油 バーム油 ビーナツ ココア なたね油 豚脂		
25 (休)	28 (休)	《入学・進級お祝い献立》 赤飯 牛乳 紅鯉立田揚げ 三色おひたし うずら卵のすまし汁 お祝いクレープ	897	35.1	あずき 鶏卵 紅鯉 たら うずら卵 そうだかつお節	牛乳 卵殻カルシウム 乳製品 加糖脱脂れん乳 ヨーグルト	小松菜 人参 ほうれん草	もやし 生姜 しめじ いちご ねぎ もも レモン	もち米 精白米 砂糖 白玉ふ 小麦粉 水あめ でん粉 タピオカでん粉	ごま 米白絞油 植物油		
28 (休)	30 (休)	麦ごはん 野菜カレーふりかけ 牛乳 野菜かまぼこバーベキューソースかけ 塩昆布の和え物 すいとん	859	29.2	たら ぎば かつお節 かつお節エキス 大豆 豚肉 鶏肉 鶏卵 チキンエキス 味噌 味噌 そだてお節 たんぱく加水分解物 植物性たんぱく	牛乳 昆布 昆布エキス	人参 かぼちゃ ほうれん草	にんにく りんご とうもろこし えだまめ 生姜 キャベツ ねぎ	精白米 精麦 でん粉 砂糖 小麦粉 じゃがいも 水あめ	大豆油 バーム やし 植物油		
30 (休)	4/8 (休)	麦ごはん 牛乳 チーズ豚肉巻きフライ ごま和え 里いもの味噌汁 バイン	899	32.7	豚肉 えさ ちく つけそば 豆腐 味噌 おひたし かつお節 かつお節エキス まぐろエキス むら節 そうだかつお節	牛乳 チーズ ちりめんじゃこ	チンゲン菜 人参 トマト	もやし 玉ねぎ りんご にんにく バインアップル	精白米 精麦 でん粉 砂糖 パン粉 タピオカでん粉 里いも 小麦粉	米白絞油 ごま		
1 人 1 食 当 た り の 栄 養 摂 取 量			853	33.9	脂 肪	カルシウム	鉄	ビ タ ミ ン				塩 分
					g	mg	mg	A ₁ μgRE	B ₁ mg	B ₂ mg	C mg	g
					25.5	451	4.2	552	1.00	0.77	34	4.0

※ 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。