

4月学校給食献立予定表

献立名		あかいろのなかま ちやく・ほねになるもの		みどりいろのなかま からだのちようしをととのえるもの		きいろのなかま ねつやちからになるもの		ひとくちメモ			
日	曜日	主食	牛乳	おかず	たんぱくしつ 1群	むきしつ 2群	たんすいかぶつ 3群		ししつ 4群	たんすいかぶつ 5群	ししつ 6群
9	月	♪ 入学・進級おめでとう給食♪ おせきはん	○	かつおぶし にほしなると わかめ こんぶ たまご あかうお とりやく かきたまじる あかうおのしろうゆやき いりどり おいわいプリン	牛乳 むきしつ 2群	みつば にんじん さやえんどう	ふなしめじ たけのこほししいたけ ごぼう こんにやく	こめ もちこめ ごま せきはんのもと プリンのもと			小中学1年生のみなさん、ご入学 在校生のみなさん、進級 おめでとうございます。
10	火	ポーク カレーライ ス	○	しんたまねぎのマリネ ヨーグルト	ふたにく えび	牛乳 チーズ ヨーグルト	にんじん セロリ しょうがにんにく たまねぎ りんご キャベツ きゅうり	こめ むぎ カレーこ じゃがいも	あぶら		今年度もたくさん食べて、 勉強や運動！何事も 元気にがんばりましょう！
11	水	☆ お花見給食 ☆ ゆかりごはん	○	とりのからあげレモンふうみ さくらえび さくらえびとスナップえんどうのリテー キャベツのおかかあえ みたらしだんご	とりにく さくらえび	牛乳	スナップえんどう ほうれんそう にんじん	ゆかり しょうが にんにく レモン りよくとうもやし キャベツ	こめ むぎ かたくりこ さとう みたらしだんご	あぶら	きれいな桜を眺め ながら、みんなで 楽しく 食べられ ますように。
12	木	こどもパン	○	コンソメスープ ポテトグラタン カラフルサラダ	ベーコン とりにく	牛乳 だっしふんにゅう チーズ	にんじん パセリ ブロッコリー あかピーマン きピーマン	たまねぎ キャベツ	こどもパン じゃがいも ホワイトルー	あぶら バター	春キャベツは、巻が フワッと甘い、 柔らかく、甘い のが特徴です。
13	金	むぎごはん	○	わかめとレタスのスープ マーボーがんも ちゅうかあえ いよかん	ベーコン とうふ たまご がんもどき ぶたにく	牛乳	パセリ にんじん にら ほうれんそう りよくとうもやし	たまねぎ しょうが ほししいたけ にんにく とうもろこし ねぎ きゅうり いよかん	こめ むぎ かたくりこ はるさめ	ごまあぶら あぶら	マーボーがんもは、豆 とうふのかわりに、大 豆製品のがんもどきを 使っています！
16	月	♪ カミカミ給食♪ じゅうろっこ ごはん	○	くきわかめのみそしる いかのチーズやき きんぴらごぼう	にほし みそ かつおぶし いか	牛乳 くきわかめ チーズ	パセリ にんじん さやいんげん	たまねぎ ねぎ しょうが ごぼう こんにやく	こめ さとう じゅうろっこまい じゃがいも	あぶら	カミカミ給食です！ 身体のために、 今年度もよく噛んで 食べましょう。
17	火	たけのこ ごはん	○	とうふのすましじる さわらのさいきょうやき ゆばサラダ	あぶらあげ かつおぶし こんぶ とうふ さわらのさいきょうづけ	牛乳 わかめ ゆば ハム	にんじん さやえんどう みつば ほうれんそう	たけのこ ふなしめじ りよくとうもやし きゅうり	こめ むぎ ふ さとう	ごまあぶら	中学3年生が明日から 修学旅行で訪れる京都 府の郷土料理、特産物 を使った献立です。
18	水	中：修学旅行 むぎごはん	○	ちゅうかふうコンソープ すぶた いちご	とうふ ぶたにく	牛乳 わかめ	にんじん あかピーマン	ふなしめじ レタス しょうが たまねぎ たけのこほししいたけ いちご	こめ むぎ じゃがいも かたくりこ	ごま ごまあぶら あぶら	いちごの旬は、 4～5月 です。
19	木	中：修学旅行 ピザトース ト	○	ポトフ スナップえんどうのサラダ バナナ	ドライソーセージ ウインナー	牛乳 チーズ	ピーマン パセリ スナップえんどう にんじん セロリ	たまねぎ ふなしめじ キャベツ とうもろこし バナナ	しょくパン じゃがいも	あぶら	今が旬のスナップ えんどう。甘み があり、パリとした 食感が楽しめます。
20	金	中：修学旅行 校外学習 さんさい うどん	○	ちくわの2しよくあげ きりほしだいこんのこまふうみあえ いちごむしパン	かつおぶし とりにく ちくわ かまぼこ	牛乳 あおりの	おいしいさんさい	ほししいたけ ねぎ きりほしだいこん キャベツ きゅうり	うどん こむぎこ カレーこ むしパンミックス いちごジャム	ごま ごまあぶら	今年度も、食事マナーに 気を付けて、みんなで 気持ちよく食事が出来 るようにしましょう！
23	月	中：線替休業 キャロット ピラフ	○	ABCスープ えびポテマヨ キャベツとコーンのサラダ	とりにく えびフリッター ツナ	牛乳 れんにゅう	にんじん パセリ グリーンピース ブロッコリー	たまねぎ キャベツ マッシュルーム とうもろこし きゅうり	こめ むぎ じゃがいも マカロニ さとう	あぶら あぶら マヨネーズ オリーブゆ	ABCスープのなかには アルファベットのカタチ をしたマカロニが入っ ています！
24	火	むぎごはん	○	キャベツのみそしる しんじゃがのそぼろに いとかんてんサラダ	かつおぶし にほし ぶたにく ツナ	牛乳 かんてん わかめ	こまつな にんじん グリーンピース	たまねぎ キャベツ ねぎ たけのこ ほししいたけ きゅうり	こめ むぎ じゃがいも かたくりこ さとう	あぶら	グリーンピースの旬 は、4～6月。冷凍もの と違って、旬のものは、 味が別格です。
25	水	ハヤシライス	○	はるやさいサラダ きよみオレンジ	ぶたにく	牛乳	にんじん アスパラガス スナップえんどう	たまねぎ ふなしめじ とうもろこし キャベツ オレンジ	こめ むぎ こむぎこ さとう ハヤシルー	あぶら バター	旬の果物：きよみオレンジ
26	木	♪ おたんじょうび給食♪ てんどん	○	わかたけじる まっチャプリン	えび こんぶ かつおぶし	牛乳 わかめ	にんじん ピーマン パセリ みつば	たまねぎ ごぼう たけのこ えのきたけ	こめ むぎ こむぎこ さとう じゃがいも まっチャ プリンのもと	あぶら	4月生まれのみなさん、 お誕生日おめでとう
27	金	むぎごはん	○	ワンタンスープ はるまき わかめサラダ オレンジ	とりにく ハム	牛乳 はるさめ わかめ	にんじん にら ほうれんそう りよくとうもやし	たまねぎ はくさい しょうが にんにく たけのこほししいたけ きゅうり オレンジ	こめ むぎ ワンタンのかわ さとう かたくりこ はるまきのかわ	あぶら ごまあぶら	英語では、春巻きを「 spring roll」と書き、 春の食材を巻いたもの という意味があります。

*つごうにより、こんだてのないようをへんこうする場合があります。

旬の食材～4月(卯月)～ かぶ・キャベツ・ごぼう・さんさい・たけのこ・しいたけ・いちご・サワラ・アサリ・ひじき・わかめ

