

4月学校給食献立予定表

献立名		あかいろのなかま ちやにく・ほねになるもの		みどりいろのなかま からだのちょ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 とりにく	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 こんにゃく	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 りょくとうもやし 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 だしにんにゅう 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 りょくとうもやし	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	○	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 こんにゃく	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 りょくとうもやし 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 コンソメ 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しょくあげ きりほしだいこん ごまふうみあえ 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	○	キャベツのみそじる 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	○	えび こんぶ かつおぶし わかめ 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 まっちゃ プリンのもと	あぶら	4月生まれのみなさん、 		
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	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

