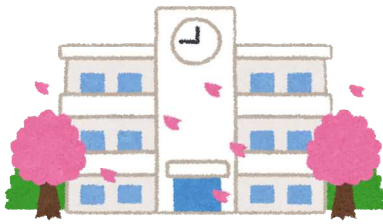


令和5年 4月 学 校 給 食 献 立 表 (1～6年生)

* 献立は、やむを得ない事情により変更することがあります

月	火	水	木	金
		12 米飯 ドレッシングサラダ ハヤシライス 牛乳	13 米飯 豚肉の竜田揚げ みそ汁 じゃこのつくだ煮 牛乳	14 キャロットライス ひじきスパゲティ キャベツスープ 角チーズ 牛乳
17 米飯 チリコンカン コーンスープ ヨーグルトドリンク	18 米飯 たこ焼き風ハンバーグ 春野菜の和風スープ さかなふりかけ (袋) 牛乳	19 米飯 さわらの南部揚げ 豚肉とだいこんの煮物 しば漬 牛乳	20 コーンライス ジャーマンポテト 鶏肉のトマト煮込み スライスチーズ 牛乳	21 米飯 さばのみそ煮 すまし汁 切り干し大根のつくだ煮 牛乳
24 たけのこごはん 新じゃがいものごま煮 春野菜のみそ汁 牛乳	25 米飯 豚肉のコチュジャンいため トック 焼きのり 牛乳	26 米飯 フルーツカクテル ポークカレー 牛乳	27 米飯 鶏肉のから揚げ 五目みそ汁 昆布ふりかけ (袋) 牛乳	28 米飯 中華丼 チキンスープ 味付けいりこ 牛乳

使用している材料等詳細は「週間献立表」をご確認ください。
画面をスクロールするか、「学校給食献立表」の日々の献立名をクリックすると「週間献立表」に移動します。

	一ヶ月 平均								
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン			
						A (μgRAE)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)
低学年	561	22.7	19.2	342	1.7	202	0.38	0.48	21
中学年	654	25.0	20.6	348	2.0	216	0.43	0.50	24
高学年	710	26.7	21.8	353	2.2	229	0.46	0.51	26

毎日の学校給食を学校栄養士がブログで紹介しています！

〈URL〉 <https://blog.goo.ne.jp/minohpakupaku>

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください

		4月12日(水)		4月13日(木)		4月14日(金)	
		米飯 ドレッシングサラダ ハヤシライス 牛乳		米飯 豚肉の竜田揚げ みそ汁 じゃこのつくだ煮 牛乳		キャロットライス ひじきスパゲティ キャベツスープ 角チーズ 牛乳	
食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年
		米	80 g	米	80 g	米	80 g
		水	112 g	水	112 g	水	112 g
		ロースハム	10 g	豚肉	60 g	にんじん	8 g
		キャベツ	25 g	しょうが	0.5 g	ガラスープ	2.4 g
		にんじん	5 g	酒	1 g	塩	0.8 g
		きゅうり	10 g	しょうゆ	1 g	こしょう	0.01 g
		油	2 g	でんぷん	10 g	油	1.6 g
		酢	1 g	油	6 g	ベーコン	10 g
		塩	0.2 g	はくさい	25 g	ひじき	0.5 g
		砂糖	0.3 g	たまねぎ	20 g	砂糖	0.5 g
		こしょう	0.01 g	れんこん	10 g	しょうゆ	1 g
		牛肉	40 g	にんじん	10 g	油	1 g
		たまねぎ	45 g	チンゲンサイ	10 g	米粉スパゲティ	5 g
		じゃがいも	30 g	煮干し	4 g	にんじん	10 g
		にんじん	15 g	水	100 g	たまねぎ	10 g
		ごまつな	10 g	信州みそ	4 g	糸こんにゃく	10 g
		セロリ	1 g	赤みそ	5 g	にんにく	0.2 g
		油	1 g	ちりめんじゃこ	6 g	グリーンアスパラガス	5 g
		トマトピューレ	8 g	砂糖	1 g	油	1 g
		トマトケチャップ	8 g	しょうゆ	1 g	水	5 g
		ウスターソース	1 g	みりん	1 g	しょうゆ	1 g
		米粉ハヤシルウ	3 g	牛乳	1 本	塩	0.3 g
		上新粉	1 g			こしょう	0.01 g
		ブイヨン(缶)	4 g			鶏肉	20 g
		水	60 g			キャベツ	25 g
		塩	0.5 g			じゃがいも	15 g
		こしょう	0.02 g			たまねぎ	15 g
		牛乳	1 本			ほうれんそう	5 g
						ガラスープ	5 g
						だし昆布	0.5 g
						油	1 g
						水	100 g
						塩	0.6 g
						こしょう	0.02 g
						角チーズ	1 個
						牛乳	1 本

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください

週 間 献 立 表

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください

令和5年

4月17日(月)		4月18日(火)		4月19日(水)		4月20日(木)		4月21日(金)	
米飯 チリコンカン コーンスープ ヨーグルトドリンク		米飯 たこ焼き風ハンバーグ 春野菜の和風スープ さかなふりかけ(袋) 牛乳		米飯 さわらの南部揚げ 豚肉とだいこんの煮物 しば漬 牛乳		コーンライス ジャーマンポテト 鶏肉のトマト煮込み スライスチーズ 牛乳		米飯 さばのみそ煮 すまし汁 切り干し大根のつくだ煮 牛乳	
食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年
米	80 g	米	80 g	米	80 g	米	72 g	米	80 g
水	112 g	水	112 g	水	112 g	水	100.8 g	水	112 g
だいず	13 g	豚肉	30 g	さわら	1 切	ホールコーン	16 g	さば	1 切
牛肉	30 g	豆腐(冷)	15 g	酒	1 g	ガラスープ	2.4 g	根深ねぎ	5 g
たまねぎ	20 g	たこ	10 g	しょうゆ	1 g	塩	0.8 g	信州みそ	3.5 g
むきえんどう	3 g	たまねぎ	10 g	しょうが	1 g	こしょう	0.01 g	砂糖	2.5 g
にんにく	0.2 g	塩	0.2 g	上新粉	6 g	油	1.6 g	酒	1 g
油	1 g	こしょう	0.01 g	水	8 g	ウイナーソーセージ	10 g	しょうゆ	0.5 g
トマトケチャップ	8 g	でんぶん	4 g	白ごま	2 g	じゃがいも	45 g	しょうが	0.3 g
ウスターソース	0.5 g	油	2 g	油	4 g	たまねぎ	15 g	水	20 g
トウバンジャン	0.05 g	ウスターソース	3 g	豚肉	25 g	油	0.5 g	鶏肉	15 g
塩	0.3 g	トマトケチャップ	4 g	だいこん	25 g	塩	0.3 g	はくさい	25 g
砂糖	0.2 g	青のり	0.1 g	じゃがいも	20 g	こしょう	0.01 g	もやし	15 g
水	10 g	花かつお	0.5 g	たまねぎ	15 g	鶏肉	45 g	にんじん	10 g
ウイナーソーセージ	15 g	鶏肉	25 g	こんにやく	10 g	塩	0.1 g	こまつな	10 g
ホールコーン	10 g	新キャベツ	20 g	にんじん	10 g	こしょう	0.01 g	だし昆布	0.5 g
クリームコーン(缶)	20 g	たまねぎ	20 g	こまつな	10 g	たまねぎ	30 g	けずり節	1.5 g
じゃがいも	20 g	にんじん	10 g	だし昆布	0.5 g	キャベツ	20 g	水	100 g
たまねぎ	15 g	たけのこ(水煮)	5 g	けずり節	1.5 g	にんじん	10 g	塩	0.6 g
にんじん	10 g	油	1 g	水	60 g	さやいんげん	3 g	しょうゆ	1 g
油	1 g	だし昆布	1 g	油	1 g	ホールトマト(缶)	10 g	切り干し大根	2.5 g
ブイヨン(缶)	4 g	けずり節	1.5 g	しょうゆ	2 g	トマトケチャップ	10 g	白ごま	1 g
水	100 g	水	100 g	砂糖	1 g	にんにく	0.3 g	ごま油	1 g
塩	0.6 g	塩	0.6 g	酒	0.5 g	油	1 g	しょうゆ	1 g
こしょう	0.02 g	しょうゆ	1 g	塩	0.5 g	ブイヨン(缶)	3 g	砂糖	0.5 g
でんぶん	1 g	さかなふりかけ	1 袋	しば漬	8 g	塩	0.5 g	酒	0.5 g
ヨーグルトドリンク	1 本	牛乳	1 本	牛乳	1 本	こしょう	0.02 g	みりん	0.5 g
						水	40 g	牛乳	1 本
						上新粉	1 g		
						スライスチーズ	1 枚		
						牛乳	1 本		

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください

4月24日(月)		4月25日(火)		4月26日(水)		4月27日(木)		4月28日(金)	
たけのこごはん 新じゃがいものごま煮 春野菜のみそ汁 牛乳		米飯 豚肉のコチュジャンいため トック 焼きのり 牛乳		米飯 フルーツカクテル ポークカレー 牛乳		米飯 鶏肉のから揚げ 五目みそ汁 昆布ふりかけ(袋) 牛乳		米飯 中華丼 チキンスープ 味付けいりこ 牛乳	
食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年
米	72 g	米	80 g	米	80 g	米	80 g	米	80 g
水	100.8 g	水	112 g	水	112 g	水	112 g	水	112 g
たけのこ(水煮)	12 g	豚肉	35 g	白桃(缶)	25 g	鶏肉	60 g	豚肉	35 g
にんじん	4 g	たまねぎ	20 g	みかん(缶)	25 g	塩	0.3 g	塩	1 g
酒	0.8 g	キャベツ	10 g	豚肉	35 g	こしょう	0.01 g	はくさい	20 g
だし昆布	0.16 g	にんじん	10 g	じゃがいも	40 g	にんにく	0.2 g	たまねぎ	15 g
しょうゆ	0.8 g	にら	5 g	たまねぎ	45 g	酒	2 g	にんじん	10 g
塩	0.8 g	白ごま	1 g	にんじん	15 g	でんぷん	10 g	生しいたけ	5 g
みりん	0.8 g	油	1 g	こまつな	10 g	油	6 g	しょうが	0.2 g
油	1.6 g	コチュジャン	1.5 g	にんにく	0.3 g	たまねぎ	20 g	油	1 g
鶏肉	35 g	しょうゆ	1 g	しょうが	0.3 g	だいこん	15 g	ブイヨン(缶)	2 g
新じゃがいも	40 g	酒	1 g	油	1 g	れんこん	10 g	しょうゆ	1 g
にんじん	10 g	塩	0.2 g	ブイヨン(缶)	5 g	にんじん	10 g	塩	0.4 g
さやえんどう	3 g	こしょう	0.01 g	トマトケチャップ	7 g	つきこんにやく	10 g	こしょう	0.01 g
油	1 g	牛肉	10 g	ウスターソース	3 g	こまつな	10 g	でんぷん	1 g
水	10 g	トック	20 g	しょうゆ	3 g	信州みそ	4 g	鶏肉	30 g
しょうゆ	3 g	はくさい	15 g	塩	0.6 g	赤みそ	5 g	たまねぎ	20 g
砂糖	2 g	たまねぎ	10 g	りんごピューレ(缶)	6 g	煮干し	4 g	じゃがいも	15 g
酒	1 g	にんじん	10 g	上新粉	4 g	水	100 g	にんじん	10 g
ねりごま	1 g	えのきたけ	8 g	油	3 g	こんぶふりかけ	1 袋	根深ねぎ	5 g
白ごま	0.5 g	こまつな	10 g	カレー粉	0.7 g	牛乳	1 本	ガラスープ	4 g
ベーコン	10 g	だし昆布	0.5 g	水	60 g			だし昆布	0.5 g
豆腐(冷)	25 g	ガラスープ	4 g	牛乳	1 本			油	1 g
新キャベツ	20 g	油	1 g					水	100 g
たまねぎ	20 g	水	100 g					塩	0.6 g
生わかめ	2 g	しょうゆ	1 g					こしょう	0.02 g
煮干し	3 g	塩	0.6 g					味付けいりこ	1 袋
水	100 g	こしょう	0.02 g					牛乳	1 本
信州みそ	4 g	焼きのり	1 袋						
赤みそ	5 g	牛乳	1 本						
牛乳	1 本								

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください