

4月15日(月)

～ 5月5日(日)

予約票提出: 3月14日(木) 2時間目の休み時間まで

| | | |
|--|---|---------------------|
| <p>15 (月)</p> <p>2年生 3年生</p> | <p>●ポークハヤシライス ▲じゃこのカリカリサラダ ■清見オレンジ(トピオオレンジの交配種) ◆白糖大豆 ▼牛乳</p> <p>【エネルギー 838kcal】 【蛋白質 31.2g】 【脂質 25.3g】 【食塩相当量 2.9g】</p> <p>●米 麦 豚肉 牛肉 たまねぎ たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース トマト缶 トマトピューレー ハヤシルー デミグラスソース 赤ワイン サラダ油 にんにく しょうが 生クリーム ■きよみオレンジ ◆大豆 砂糖 塩 でんぷん ▼牛乳 ▲海藻 キャベツ こまつな にんじん 酢 しょうゆ 塩 砂糖 コチュジャン にんにく ワンタンの皮 油 ちりめんじゃこ</p>  | <p>給食</p> <p>弁当</p> |
| <p>16 (火)</p> <p>2年生 3年生</p> | <p>(旧2年IKさんの献立) ●(ガーリック)トースト ▲ブラウンシチュー ■春雨たまごサラダ ◆いちごゼリー(いちごより変更) ▼牛乳</p> <p>【エネルギー 868kcal】 【蛋白質 34.3g】 【脂質 39.4g】 【食塩相当量 3.7g】</p> <p>●食パン マーガリン にんにく バセリ にんにく粉 チーズ ◆いちご 液糖 砂糖 ゲル化剤 食物繊維 他 ▼牛乳 ▲豚肉 塩 こしょう ローリエ 赤ワイン サラダ油 にんにく たまねぎ セロリー かつおぶし マッシュルーム じゃがいも トマト ケチャップ デミグラスソース ウスターソース しょうゆ コンソメ バター 小麦粉 粉乳 チーズ 生クリーム グリンピース ■はるさめ こまつな にんじん もやし 卵焼き しょうゆ 三温糖 酢 中華スープの素 ごま油 こしょう 煎りごま</p>  | <p>給食</p> <p>弁当</p> |
| <p>17 (水)</p> <p>2年生 3年生</p> | <p>●ごはん ▲豚肉のしょうが焼き ■豆もやしのナムル ◆豆腐と油揚げの味噌汁 ▼でこぼん(清見オレンジの交配種) ○ローストアーモンド △牛乳</p> <p>【エネルギー 823kcal】 【蛋白質 36.2g】 【脂質 27.7g】 【食塩相当量 1.9g】</p> <p>●米 麦 ▲豚肉 しょうが みりん しょうゆ 酒 ■だいずもやし にら にんじん 酢 しょうゆ ごま油 砂糖 コチュジャン 豆板醤 煎りごま フロッコリー ◆だいこん 豆腐 油揚げ ふ こまつな 赤みそ 白みそ かつおぶし ▼デコボン ○アーモンド △牛乳</p>  | <p>給食</p> <p>弁当</p> |
| <p>18 (木)</p> <p>2年生 3年生</p> | <p>●あんかけ中華麺 ▲ごまドレッシングサラダ ■のり塩大豆 ◆プチチーズワッフル ▼牛乳</p> <p>【エネルギー 780kcal】 【蛋白質 33.2g】 【脂質 34.0g】 【食塩相当量 2.6g】</p> <p>●中華めん(卵乳なし) 豚肉 いか うずら卵 なたと たけのこ にんじん たまねぎ キャベツ チンゲンサイ きくらげ サラダ油 しょうが しょうゆ かき油 塩 豚鶏スープ でんぷん ごま油 ▲キャベツ こまつな にんじん コーン 酢 ごま 塩 しょうゆ 三温糖 ■大豆 でんぷん 油 塩 こしょう あおのり ◆卵 砂糖 小麦粉 チーズ 植物油 他 ▼牛乳</p>  | <p>給食</p> <p>弁当</p> |
| <p>19 (金)</p> <p>2年生 3年生</p> | <p>(旧2年SZさんの献立) ●鶏の洋風炊込みごはん ▲鱈のガーリックバターしょうゆ焼き ■オニオンドレッシングサラダ ◆コンソメポトフスープ ▼ナタデココみかん(追加しました) ○牛乳</p> <p>【エネルギー 751kcal】 【蛋白質 35.4g】 【脂質 19.3g】 【食塩相当量 3.3g】</p> <p>●米 麦 ターメリック バター 酒 とり肉 白ワイン セロリー たまねぎ にんじん ピーマン 青大豆 にんにく サラダ油 コンソメ 塩 こしょう しょうゆ ケチャップ アメリケナスソース ▲たら 塩 こしょう 酒 にんにく たまねぎ しょうゆ 三温糖 バター ■キャベツ フロッコリー にんじん コーン ほうれんそう ツナフレーク 酢 サラダ油 しょうゆ 砂糖 塩 たまねぎ ▲豚肉 キャベツ じゃがいも にんじん たまねぎ セロリー サラダ油 にんにく 白ワイン 塩 コンソメ しょうゆ こしょう こまつな ▼みかん缶 ナタデココ みかん缶汁 ○牛乳</p>  | <p>給食</p> <p>弁当</p> |
| <p>22(月)</p> | <p>職員研修日(給食の実施はありません)</p> | |
| <p>23 (火)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p> | <p>●ミルクロール ▲ししゃもとチーズの春巻き ■ジャーマンポテト ◆かぶとアスパラのミルクスープ ▼さくらゼリー ○牛乳</p> <p>【エネルギー 769kcal】 【蛋白質 29.6g】 【脂質 28.6g】 【食塩相当量 2.7g】</p> <p>●ミルクロール ▲ししゃも 酒 チーズ しその葉 春巻の皮 小麦粉 油 ■ベーコン じゃがいも たまねぎ ほうれんそう 塩 こしょう バター ◆白ワイン とり肉 サラダ油 にんじん たまねぎ じゃがいも 牛乳 粉乳 花豆 ぶなしめじ かぶ コンソメ 鶏スープ 米粉 塩 こしょう チーズ アスパラガス こまつな ▼さくらんぼ 砂糖 水あめ レモン クチナシ色素 増粘多糖類 他 ○牛乳</p>  | <p>給食</p> <p>弁当</p> |
| <p>24 (水)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p> | <p>(旧2年SYさんの献立) ●野菜カレー ▲ツナと切干大根のサラダ ■いちごクレープ(いちごより変更) ◆牛乳</p> <p>【エネルギー 869kcal】 【蛋白質 26.2g】 【脂質 27.1g】 【食塩相当量 2.8g】</p> <p>●米 麦 サラダ油 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん かぼちゃ 赤ピーマン トマト にんにく しょうが 中濃ソース 赤ワイン カレー粉 チャツネ カレールウ グリンピース ▲海藻 キャベツ こまつな えだまめ にんじん 切干大根 サラダ油 酢 しょうゆ 塩 砂糖 ツナフレーク ■豆乳 砂糖 油脂 米 水あめ いちご レモン でんぷん 大豆 他 ◆牛乳</p>  | <p>給食</p> <p>弁当</p> |
| <p>25 (木)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p> | <p>●ごはん ▲さわらの竜田揚げ ■千草和え ◆かきたま汁 ▼清見オレンジ(トピオオレンジの交配種) ○牛乳</p> <p>【エネルギー 802kcal】 【蛋白質 33.1g】 【脂質 22.2g】 【食塩相当量 2.2g】</p> <p>●米 麦 ▲さわら 酒 しょうが にんにく 塩 こしょう しょうゆ 砂糖 米粉 でんぷん 油 ■キャベツ にんじん もやし こまつな きくらげ 油揚げ 三温糖 しょうゆ 酢 ◆卵 こまつな にんじん たまねぎ 豆腐 きくらげ しょうゆ 塩 でんぷん かつおぶし ▼きよみオレンジ ○牛乳</p>  | <p>給食</p> <p>弁当</p> |
| <p>26 (金)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p> | <p>(旧2年TSさんの献立) ●鮭ごはん ▲つくね焼き ■きんぴらごぼう ◆豆腐とわかめのみそ汁 ▼アセロラゼリー ○牛乳</p> <p>【エネルギー 848kcal】 【蛋白質 36.6g】 【脂質 26.1g】 【食塩相当量 2.9g】</p> <p>●米 麦 酒 薄口しょうゆ こんぶ さけ しょうゆ すりごま ▲豚肉 とり肉 凍り豆腐 豆腐 ひじき ながねぎ 煎りごま しょうゆ 赤みそ 三温糖 でんぷん みりん しょうが ■ごぼう にんじん こんにやく 煎りごま ごま油 酒 三温糖 みりん しょうゆ とうがらし さやいんげん ◆豆腐 ながねぎ わかめ 赤みそ 白みそ かつおぶし ▼液糖 アセロラ クチナシ色素 りんご香料 ゲル化剤 でん粉 他 ○牛乳</p>  | <p>給食</p> <p>弁当</p> |
| <p>30(火)</p> | <p>土曜参観の振替休業日</p> | |
| <p>1 (水)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p> | <p>●ごはん ▲マーボー豆腐 ■ワンタンサラダ ◆みかんの飴和え ▼牛乳</p> <p>【エネルギー 873kcal】 【蛋白質 36.3g】 【脂質 25.1g】 【食塩相当量 2.4g】</p> <p>●米 麦 ▲豆腐 豚肉 大豆 たまねぎ ながねぎ たけのこ にら 干しいたけ きくらげ にんにく しょうが 豆みそ 赤みそ しょうゆ 酒 ごま油 豆板醤 三温糖 でんぷん 豚鶏スープ ■キャベツ きゅうり にんじん 酢 サラダ油 しょうゆ 砂糖 塩 こしょう たまねぎ 煎りごま ワンタンの皮 油 ◆みかん缶 水あめ ▼牛乳</p>  | <p>給食</p> <p>弁当</p> |
| <p>2 (木)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p> | <p>(5/5端午の節句献立) ●五穀ごはん ▲ミニ鶏肉の照り焼き ■かつおちりめんじゃがバター ◆竹の子入りキムチスープ ▼かしわ餅 ○牛乳</p> <p>【エネルギー 834kcal】 【蛋白質 27.0g】 【脂質 28.7g】 【食塩相当量 1.9g】</p> <p>●米 胚芽押麦 発芽玄米 もち麦 もち黒 もちきび ▲とり肉 しょうゆ 酒 塩 みりん ■ちりめんじゃこ じゃがいも 油 にんじん 万能ねぎ ながねぎ サラダ油 しょうゆ 酒 かつおぶし バター ▲豚肉 はくさい たまねぎ きくらげ たけのこ キムチ こまつな 豚鶏スープ しょうが しょうゆ 塩 こしょう 酒 ▼かしわもち ○牛乳</p>  | <p>給食</p> <p>弁当</p> |

★食材料の都合により内容が異なることがあります。

学校給食摂取基準: エネルギー 830kcal、たんぱく質※27~41.5g、脂質※ 18.4~27.7g、食塩相当量2.5g未満

★アレルギーのある人は、家族と相談してから予約して下さい。

※たんぱく質: 学校給食による摂取エネルギー比13~20%、脂質: 学校給食による摂取エネルギー比20~30%