



令和2年

4月

学校給食献立予定表



上野小学校

日 (曜)	献立名 <small>こん だて めい</small>	食 品 名					
		おもにエネルギーのもとになる食品 (き)		おもに体をつくるもとになる食品 (あか)		おもに体の調子を整えるもとになる食品 (みどり)	
8 (水)	げんりょう 減量ロールパン スパゲッティミートソース こーるすろー <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	ロールパン	しょくぶつゆ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	にんにく セロリ たまねぎ キャベツ
9 (木)	むぎ 麦ごはん <small>つ はるま</small> 津ぶっこ春巻き わかめスープ ひじきのり <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	こめ	ごまあぶら	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが たけのこ ほししいたけ キャベツ たまねぎ もやし
10 (金)	こめこい 米粉入りパン アジのハーブグリル <small>やさい</small> 野菜スープ ヨーグルト <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	こめこいりパン	オリーブオイル	アジ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ キャベツ
13 (月)	せきはん <small>て や</small> 赤飯 サワラの照り焼き <small>そう</small> ほうれん草ともやしのあえもの <small>じる</small> すまし汁 <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	こめ	ごま	あずき	ぎゅうにゅう	ほうれんそう	しょうが もやし しめじ
14 (火)	むぎ 麦ごはん <small>しおや</small> サケの塩焼き <small>ごもくまめ</small> 五目豆 キャベツと小松菜のごまあえ <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	こめ	しょくぶつゆ	サケ	ぎゅうにゅう	にんじん	ほししいたけ こんにやく ごぼう キャベツ
15 (水)	まる 丸ロールパン ヒレカツ <small>そえ</small> 添レタス <small>ポトフ</small> ポトフ <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	まるロールパン	しょくぶつゆ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	レタス たまねぎ キャベツ
16 (木)	むぎ 麦ごはん <small>とうふ</small> 豆腐のみそかけ <small>ごもくに</small> 五目煮 <small>キャベツのしそあえ</small> <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	こめ	しょくぶつゆ	とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが ごぼう たけのこ こんにやく キャベツ
17 (金)	こくとう 黒糖パン <small>つ</small> 津ギョウザ <small>ちゅうかやさい</small> 中華野菜スープ <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	こくとうパン	ごまあぶら	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ にんにく しょうが もやし
20 (月)	わかめごはん <small>あ はる</small> とりのから揚げ 春キャベツのみそ汁 <small>じる</small> <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	こめ	しょくぶつゆ	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ キャベツ もやし
21 (火)	むぎ 麦ごはん <small>とうふ</small> マーボ豆腐 <small>ちゅうか</small> 中華あえ <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	こめ	しょくぶつゆ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	ねぎ	にんにく しょうが たまねぎ たけのこ もやし サラダこんにやく
22 (水)	こめこい 米粉入りパン サワラのマヨネーズふう焼き <small>や こ</small> 粉ふきいも こまつな <small>ぎゅうにゅう</small> 小松菜サラダ 牛乳	こめこいりパン	しょうぶ	サワラ	ぎゅうにゅう	こまつな	たまねぎ コーン キャベツ
23 (木)	むぎ 麦ごはん <small>あ きりほだいこん ふく に</small> イカのかりん揚げ 切干大根の含め煮 <small>てま</small> 手巻きのり <small>さんしやくだん こ</small> 三色団子 <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	こめ	しょくぶつゆ	イカ	ぎゅうにゅう	にんじん	きりぼしだいこん さやいんげん
24 (金)	ロールパン <small>とうにゅう</small> シーフード豆乳チャウダー フレンチサラダ みかんジャム <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	ロールパン	しょくぶつゆ	かいばしら	ぎゅうにゅう	にんじん	セロリ たまねぎ しめじ キャベツ
27 (月)	ひじきごはん <small>しろ しろ</small> 白みそ汁 <small>そう</small> ほうれん草ともやしの磯香あえ <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	こめ	しょくぶつゆ	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	ごぼう いとこんにやく しめじ たまねぎ もやし
28 (火)	えん そく きゅうしよく 遠足 (給食はありません)						
30 (木)	むぎ 麦ごはん <small>ふくじんづけ さくらいろ む</small> ポークカレー 福神漬 桜色 蒸しパン <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	こめ	しょくぶつゆ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ ふくじんづけ

※天候などの都合により、献立を変更する場合がありますので、ご理解いただきますようお願いいたします。