

4月 学校給食よていこんだて表

令和4年度

上野小学校

日 (曜)	献立名	食 品 名					
		エネルギーになる食品(き)		からだをつくる食品(あか)		からだの調子を整える食品(みどり)	
8 (金)	減量ロールパン スパゲッティミートソース ドレッシングサラダ 牛乳	ロールパン さとう スパゲッティ	しょくぶつゆ	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマトに	にんにく セロリー たまねぎ キャベツ
11 (月)	麦ごはん さわらの香味揚げ 小松菜のごまあえ 春だいのんのみそ汁 牛乳	こめ おおむぎ でんぶん	しょくぶつゆ ごま	さわら あわせみそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう あおさ わかめ	こまつな にんじん ねぎ	にんにく しょうが キャベツ だいこん
12 (火)	カレーライス 福神漬 手作りみかんゼリー 牛乳	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ さとう みかんジュース	しょくぶつゆ	ぶたにく	ぎゅうにゅう かんてん アガー	にんじん	しょうが にんにく セロリー たまねぎ ぶくじんづけ
13 (水)	ロールパン ローストチキン ポトフ ヨーグルト 牛乳	ロールパン じゃがいも	しょくぶつゆ	とりにく ソーセージ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん パセリ	しょうが にんにく たまねぎ キャベツ しめじ
14 (木)	麦ごはん 焼きししゃも 春野菜の煮物 しそあえ 牛乳	こめ おおむぎ さとう		とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう ししゃも	にんじん こまつな しそこ	たけのこ ぶき キャベツ
15 (金)	黒糖パン 津ギョウザ 中華野菜スープ 牛乳	こくとうパン ぎょうざのかわ	ごまあぶら しょくぶつゆ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にら にんじん チンゲンサイ	たまねぎ にんにく しょうが もやし
18 (月)	麦ごはん 鱈の竜田揚げ ほうれん草のおひたし 白みそ汁 牛乳	こめ おおむぎ でんぶん	しょくぶつゆ	さば しろみそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん ねぎ	しょうが もやし たまねぎ
19 (火)	麦ごはん ハヤシライス わかめサラダ 牛乳	こめ おおむぎ さとう こむぎこ	しょくぶつゆ	ぶたにく まぐろオイルづけ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん トマトに	にんにく セロリー たまねぎ キャベツ
20 (水)	ロールパン しいらのフライ 添えレタス 野菜スープ 牛乳	ロールパン こむぎこ パンこ じゃがいも	しょくぶつゆ	しいら ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	レタス たまねぎ キャベツ
21 (木)	麦ごはん 豆腐のみそかけ 肉じゃがのうま煮 牛乳	こめ おおむぎ さとう じゃがいも	しょくぶつゆ	とうふ あかみそ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	ほししいたけ いとこんにやく たまねぎ
22 (金)	ロールパン シーフードチャウダー 大豆サラダ いちごジャム 牛乳	ロールパン じゃがいも さとう こめこ いちごジャム	しょくぶつゆ	さけ いか だいず	ぎゅうにゅう	にんじん	セロリー たまねぎ しめじ キャベツ
25 (月)	わかめごはん 厚揚げのみそいため はるさめの中華サラダ 牛乳	こめ おおむぎ さとう はるさめ	しょくぶつゆ ごまあぶら	ぶたにく あつあげ あかみそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ こんにやく キャベツ もやし
26 (火)	麦ごはん さけの照り焼き 切り干大根の含め煮 青菜とちくわのぬた 牛乳	こめ おおむぎ さとう	しょくぶつゆ ごま	さけ あぶらあげ ちくわ しろみそ	ぎゅうにゅう	にんじん わけぎ こまつな	しょうが きりぼしだいこん いとこんにやく
27 (水)	米粉入りパン マカロニグラタン カレースープ 牛乳	こめこいりパン こめこ パンこ マカロニ じゃがいも	しょくぶつゆ	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	たまねぎ キャベツ
28	えん 遠 そく 足						

※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。