

4月 学校給食予定献立表

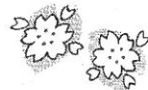
令和5年度

上野小学校

日 (曜)	献立名	食品名					
		エネルギーになる食品(き)		体をつくる食品(あか)		体の調子を整える食品(みどり)	
		たんすいかぶつが多い	しぼろが多い	たんぱくしつが多い	むきしつが多い	カロテンが多い	その他のビタミンが多い
11 (火)	むぎ 麦ごはん さばの塩焼き はるやさい 春野菜の煮物 香味漬 牛乳	こめ おおむぎ さとう	ごま	さば とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	たけのこ ふき キャベツ しょうが
12 (水)	ロールパン さわらの香味ソースかけ ミネストローネ いちごジャム 牛乳	ロールパン こめこ さとう じゃがいも いちごジャム	しよくぶつゆ ごまあぶら	さわら ベーコン しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう	にんじん トマトみずに	しょうが にんにく ねぎ セロリー たまねぎ キャベツ
13 (木)	むぎ 麦ごはん ポークカレー フレンチサラダ 牛乳	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ さとう	しよくぶつゆ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが にんにく セロリー たまねぎ キャベツ
14 (金)	げんりょう 減量ロールパン スパゲッティミートソース くきわかめのサラダ ヨーグルト 牛乳	ロールパン さとう スパゲッティ	しよくぶつゆ	ぶたにく ぎゅうにく	ぎゅうにゅう わかめ ヨーグルト	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ
17 (月)	せきはん 赤飯 とりのから揚げ はる 春だいこんのみそ汁 キャベツのおかかあえ 牛乳	こめ もちこめ さとう でんぶん	しよくぶつゆ	あずき とりにく あぶらあげ あわせみそ かつおぶしけずり	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ こまつな	しょうが にんにく だいこん キャベツ
18 (火)	むぎ 麦ごはん 焼きししゃも ごもくまめ 五目豆 ごま酢和え 牛乳	こめ おおむぎ さとう	しよくぶつゆ ごま	だいず とりにく	ぎゅうにゅう ししゃも こんぶ	にんじん チンゲンサイ	こんにやく ごぼう ほしいいたけ キャベツ
19 (水)	ロールパン クリームシチュー ツナサラダ 牛乳	ロールパン じゃがいも こむぎこ さとう	しよくぶつゆ バター	とりにく まぐろオイルづけ	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん	セロリー たまねぎ キャベツ きゅうり
20 (木)	むぎ 麦ごはん まぐろとじゃが芋のごまからめ キャベツのスープ 牛乳	こめ おおむぎ でんぶん じゃがいも さとう	しよくぶつゆ ごま	まぐろ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが たまねぎ キャベツ
21 (金)	こめこい 米粉入りパン しいらのカレー風味焼き チンゲン菜とじゃがいものスープ 牛乳	こめこいりパン じゃがいも	マネズ「ふうど」ドレッシング※	しいら ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ クリームコーン
24 (月)	むぎ 麦ごはん 肉じゃがのうま煮 こまつなとキャベツのごまあえ 焼きのり 牛乳	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	しよくぶつゆ ごま	ぶたにく	ぎゅうにゅう のり	にんじん こまつな	ほしいいたけ いとこんにやく たまねぎ キャベツ
25 (火)	むぎ 麦ごはん さわらの照り焼き こうやどうふ 高野豆腐とひじきの煮物 青菜とちくわのめた 牛乳	こめ おおむぎ さとう	ごま	さわら とりにく こうやどうふ ちくわ しろみそ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん わけぎ こまつな	しょうが たまねぎ いとこんにやく
26 (水)	こくとう 黒糖パン ポークピーンズ コーンサラダ 牛乳	こくとうパン じゃがいも さとう	しよくぶつゆ	ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん	にんにく セロリー たまねぎ キャベツ きゅうり コーン
27 (木)	むぎ 麦ごはん マーポー豆腐 ちゅうふう 中華風ごまだれサラダ 牛乳	こめ おおむぎ さとう でんぶん	しよくぶつゆ ごまあぶら ごま	ぶたにく あかみそ とうふ	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん	にんにく しょうが たまねぎ たけのこ キャベツ もやし
28 (金)	えん そく 遠足						

◆この献立は予定献立であり、食材の流通の事情等により、変更することがあります。
※卵を使用しないマヨネーズ風ドレッシングを使用します。ドレッシングと表記します。

食事の前には必ず石けんで手を洗い、手の甲、指の間、指先までしっかり洗いましょう。
給食当番の人はとくにいいに手を洗い、清潔な白衣、ぼうし、マスクをつけましょう。



~入学・進級 おめでとうございます~

今年度も安全と健康を基本に、おいしく楽しみにしてもらえる給食をめざします。