














令和5年度

4月



給食予定献立表

小鹿野町学校給食センター
両神小学校

日 曜	献立名			ち ぶく、ほやほに	ねつ ちから	からだの調子を	たんぱく質 - kcal	たんぱく質 g
	主食・パンにつけるもの	牛乳	主菜・副菜	なる食品	なる食品	ととのえる食品		
12 水	やまがたしょくパン チョコマーシャル	 MILK	わんたんスープ チキンナゲット(2こ) ミックスポテト	牛乳 とりにく だいず	米 わんたん ごまあぶら チョコ パンこ こむぎこ じゃが芋 マーガリン さとう	にんじん もやし ながねぎ チンゲンサイ ショウガ コーン えだまめ	605	24.0
13 木	そぼろごはん	 MILK	メルルーサのあますあんかけ おかかマヨネーズあえ おめでとうデザート	牛乳 とりにく あぶらあげ メルルーサ ツナ カツオブシ とうにゅう	米 さとう あぶら でんぷん ノンエッグマヨネーズ	にんじん ごぼう いんげん ヨウカ ブロッコリー キャベツ コーン いちご	634	24.5
14 金	じごなうどん	 MILK	さぬきうどんじる コロッケ ごまあえ	牛乳 とりにく かまぼこ あぶらあげ ワカメ みそ	うどん ごま さとう じゃがいも こむぎこ パンこ あぶら	にんじん ながねぎ かつお はくさい こまつな たまねぎ	643	23.3
17 月	ごはん ふりかけ	 MILK	すきやきふうじ このはかまぼこ(1まい) いそかあえ	牛乳 ぶたにく やきどうふ かまぼこ のり さけ	米 さとう あぶら ノンエッグマヨネーズ	にんじん たまねぎ しらたき ながねぎ ショウガ ほうれんそう キャベツ もやし	621	26.5
18 火	ピピンパふうチャーハン	 MILK	かぼちゃひきにくサンドフライ いかとはるさめのサラダ とうにゅうプリン	牛乳 ぶたにく いか とうにゅうプリン	米 あぶら ごまあぶら パンこ こむぎこ はるさめ さとう ごま	にんじん もやし こまつな ニンニク かぼちゃ たまねぎ きゅうり	637	20.8
19 水	こどもパン スライスチーズ	 MILK	ハートマカロニのミネストローネ ハンバーグ(てりやきソース) レタスサラダ	牛乳 ベーコン とりにく ぶたにく チーズ	パン こめこマカロニ オリーブあぶら さとう かたくりこ あぶら	にんじん たまねぎ キャベツ セロリー トマト パセリ ニンニク レタス きゅうり コーン	632	27.0
20 木	ごはん	 MILK	キャベツのみそしる さばのみそに そぼろきんぴら	牛乳 あぶらあげ みそ さば ぶたにく さつまあげ	米 さとう あぶら ごまあぶら	にんじん キャベツ たまねぎ えのき ごぼう ピーマン こんにゃく	664	24.6
21 金	むぎごはん	 MILK	チキンカレー コールスローサラダ ひゅうがなつみかんゼリー	牛乳 とりにく ハム	米 じゃがいも こむぎこ あぶら ノンエッグマヨネーズ コーンドレッシング さとう	にんじん たまねぎ ココナツヨウ コーン キャベツ ひゅうがなつみかん	696	22.8
24 月	ごはん	 MILK	とうふのちゅうかに コーンしゅーまい(2こ) こんにゃくサラダ	牛乳 とうふ ぶたにく とりにく ワカメ	米 さとう 油 ごま油 かたくりこ こむぎこ ちゅうかドレッシング	にんじん たまねぎ かつお チンゲンサイ ココナツヨウ コンニャク きゅうり コーン	625	26.1
25 火	わかめごはん	 MILK	なすのみそしる とりにくのしおからあげ おひたし	牛乳 わかめ とうふ あぶらあげ みそ とりにく カツオブシ	米 かたくりこ あぶら さとう	にんじん なす ながねぎ ココナツヨウ キャベツ こまつな	633	27.3
26 水	バターロール いちごジャム	 MILK	コーンシチュー ウィンナーのケチャップあえ(2本) つぼみサラダ	牛乳 とりにく ウィンナー	パン じゃがいも こむぎこ バター あぶら さとう オリーブあぶら イタリアンドレッシング ジャム	にんじん たまねぎ コーン パセリ ブロッコリー カリフラワー キャベツ いちご	659	22.2
27 木	たけのこごはん	 MILK	あじフライ なのはなあえ かしわもち	牛乳 とりにく あぶらあげ あじ ツナ	米 あぶら こむぎこ パンこ ごまドレッシング かしわもち	にんじん たけのこ えだまめ なのはな キャベツ	685	25.1
28 金	ちゅうかめん	 MILK	しおラーメンじる さつまいもただいずのあげに さんしょくあえ	牛乳 ぶたにく なると だいず	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら さつまいも さとう かたくりこ ごま マーガリン	にんじん キャベツ ながねぎ ココナツヨウ ほうれんそう もやし コーン	659	24.2
							797	28.7

ご入学・ご進級おめでとうございます

