

令和6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			献立内容	からだの調子を ととのえる食品	熱や力のもとに なる食品	1人あたり kcal	たんぱく質 g
		主食・パンにつけるもの	牛乳	主菜・副菜					
10	水	しょくパン チョコマーシャル		はるさめスープ チキンナゲット(2こ) あおのりポテト	牛乳 とりにく おから あおのり だしふんにゅう	にんじん キャベツ チンゲンサイ 長ねぎ ショウガ コーン	米 はるさめ ごまあぶら こむぎこ パンこ さとう じゃがいも マーガリン	591	24.2
11	木	むぎごはん		ポークカレー ナムル とうにゅうプリン	牛乳 ぶたにく とうにゅう	にんじん 玉ねぎ ニンニク もやし こまつな	米 おおむぎ じゃがいも あぶら こむぎこ さとう ごまあぶら ごま	653	23.0
12	金	じごなうどん		きつねうどんじる おこのみやき ツナあえ	牛乳 あぶらあげ とりにく かまぼこ ぶたにく カツオブシ ツナ	にんじん たまねぎ ながねぎ ネギ ほうれんそう キャベツ	米 じごなうどん さとう こむぎこ こめこ あぶら ごま	604	25.8
15	月	しおあじチキンピラフ		かぼちゃコロッセ ひじきとれんこんのサラダ ヨーグルト	牛乳 とりにく ひじき ささみ ヨーグルト	にんじん たまねぎ コーン パセリ かぼちゃ れんこん こまつな	米 あぶら オリーブあぶら こむぎこ パンこ じゃがいも さとう ごまドレッシング	655	22.6
16	火	ごはん ふりかけ(おかか)		こんさいじる さばのみそに いそかあえ	牛乳 ぶたにく あぶらあげ みそ さば のり カツオブシ	にんじん ごぼう こんにゃく ながねぎ ほうれんそう もやし はくさい	米 さつまいも あぶら ごまあぶら さとう	617	25.9
17	水	スクールメロンパン		ポークビーンズ オムレツ グリーンサラダ	牛乳 ぶたにく だいず たまご	にんじん たまねぎ ビーマン トマト ニンニク レタス キャベツ アスパラ コーン	パン じゃがいも オリーブあぶら さとう あぶら	663	25.3
18	木	ごはん		おさかなめんのすましじる とりにくのからあげ きりぼしだいこんのいために	牛乳 とうふ たら とりにく さつまあげ ぶたにく	にんじん みつば ネギ ショウガ きりぼしだいこん こんにゃく いんげん	米 さとう あぶら かたくりこ でんぷん	612	26.5
19	金	なめし		ぶたにくとあつあげにのもの はるさめサラダ オレンジ	牛乳 ぶたにく あつあげ ハム	にんじん だいこんな だいこん こんにゃく ショウガ きゅうり オレンジ	米 さとう あぶら はるさめ ごまあぶら ごま	592	25.6
22	月	ごはん		カレーマポーどうふ しゃんはいばおす(1こ) じゃこわかめサラダ	牛乳 とうふ ぶたにく みそ とりにく ちりめんじゃこ わかめ	にんじん たまねぎ ビーマン ニンニク レタス こんにゃく コーン	米 さとう あぶら かたくりこ こむぎこ パンこ ちゅうかドレッシング ごま	625	25.4
23	火	そぼろごはん		さわらのたったあげ なのはないりおかか和え こめこのクレープ(いちご)	牛乳 とりにく さわら カツオブシ とうにゅう	にんじん えだまめ ショウガ キャベツ なのはな いちご	米 あぶら さとう でんぷん こめこ	642	25.0
24	水	フラワーロール		とうにゅうクラムチャウダー チーズいりハンバーグ ほうれんそうソテー	牛乳 ベーコン あさり とうにゅう とりにく ぶたにく たまご チーズ	にんじん たまねぎ パセリ トマト ほうれんそう コーン	パン じゃがいも こめこ あぶら オリーブあぶら さとう パンこ	644	21.8
25	木	ごはん		なすのみそしる ぶたにくのみそいため ツナマヨネーズあえ	牛乳 あぶらあげ みそ わかめ ぶたにく ツナ	にんじん なす ながねぎ ショウガ 玉ねぎ キャベツ ブロッコリー はくさい	米 さとう あぶら かたくりこ ノンエッグマヨネーズ	601	25.9
26	金	ちゅうかめん		しょうゆラーメンじる みそポテト(2こ) さきいかのかみかみあえ	牛乳 ぶたにく なると みそ いか	にんじん チンゲンサイ ながねぎ メンマ ニンニク だいこん きゅうり	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら じゃがいも こむぎこ さとう ごま	630	23.1
30	火	ごはん		チキンハヤシチュー えだまめいりコールスロー あまなつみかんゼリー	牛乳 とりにく ハム	にんじん たまねぎ トマト しめじ セロリー ニンニク キャベツ コーン えだまめ あまなつ	米 こむぎこ あぶら ノンエッグマヨネーズ コードレッシング さとう	611	23.7
								740	28.3

*材料等の都合により、献立内容が変更になる場合があります。

入学・進級おめでとう

ご入学・ご進級おめでとうございます。
今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一同取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。

