

4月のこんだて予定表

大清水小学校



日・曜日	献立名	黄の食品 きーくん <small>(熱や力になる)</small>	赤の食品 あかどん <small>(血や肉になる)</small>	緑の食品 みどりん <small>(体の調子を整える)</small>	調味料他	エネルギー (kcal) 蛋白質(g) 脂肪(g) 塩分(g)	日・曜日	献立名	黄の食品 きーくん <small>(熱や力になる)</small>	赤の食品 あかどん <small>(血や肉になる)</small>	緑の食品 みどりん <small>(体の調子を整える)</small>	調味料他	エネルギー (kcal) 蛋白質(g) 脂肪(g) 塩分(g)
10 水	ビビンバ わかめと大根のスープ くだもの(清見) 牛乳	ごま油 米 さとう ごま アーモンド ラー油 麦 でんぷん	牛肉 ふた肉 わかめ 牛乳	にんにく もやし しょうが 小松菜 にんじん 大根 たけのこ 清見	しょうゆ ふたガラ 塩 酒	565 23.0 19.7 2.2	22 月	ごはん ぶりかけ 生揚げと野菜のそぼろ煮 かんぴょうのたまごとし 汁 牛乳	米 麦 油 ごま さとう う でんぷん じゃがいも	かつお節 ちりめんじゃ このり 生揚げ たまご 牛乳 ふた肉	にんじん こねぎ たまねぎ かんぴょう	しょうゆ みりん さば削り節 塩	590 25.7 19.6 2.2
11 木	ごはん ししゃもの干物 ひじきのいり煮 みそ汁 牛乳	米 麦 油 さとう ごま	ししゃも ふた肉 牛乳 ひじき 大豆 高野豆腐 油揚げ みそ	にんじん 大根 ごぼう しめじ つきこんにやく 長ねぎ	しょうゆ さば削り節	537 23.7 18.7 2.5	23 火	チャンポンめん (ソフトめん) 春巻き 牛乳	ソフトめん 油 さとう でんぷん 春雨 ごま油 春巻きの皮 小麦粉	ふた肉 えび かまぼこ 牛乳	にんにく しめじ しょうが もやし にんじん 白菜 長ねぎ たけのこ にら	塩 こしょう 酒 ふたガラ しょうゆ	638 27.6 20.4 2.4
12 金	揚げパン ウィンナーと野菜の スープ煮 くだもの(バナナ) 牛乳	パン 油 さとう じゃがいも	ベーコン ウィンナー 牛乳	セロリ たまねぎ にんじん パナナ コーン(冷) キャベツ	シナモン 白ワイン 塩 こしょう とりガラ	656 20.8 30.5 2.2	24 水	チキンライス 豆のポタージュ くだもの(バナナ) 牛乳	米 麦 油 じゃがいも バター 小麦粉	とり肉 ベーコン 白いんげん豆 脱脂粉乳 牛乳	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ パナナ	塩 こしょう トマトケチャップ とりガラ	607 22.2 18.5 2.3
15 月	五目あんかけうどん (ソフトめん) じゃがバターコーン くだもの(清見) 牛乳	ソフトめん 油 バター でんぷん じゃがいも	ふた肉 えび あさり 豆腐 牛乳	にんにく 白菜 しょうが しめじ にんじん 清見 たまねぎ もやし コーン(冷)	しょうゆ 酒 酢 ふたガラ こしょう 塩	639 27.3 14.3 2.8	25 木	そぼろごはん どさんこ汁 くだもの(清見) 牛乳	米 麦 油 さとう じゃがいも バター	とり肉 たまご ふた肉 豆腐 わかめ 牛乳	グリーンピース にんじん 長ねぎ コーン(冷) 清見	酒 しょうゆ みりん さば削り節	574 22.4 18.3 2.1
16 火	たけのこごはん しょうゆ豆 かきたま汁 牛乳	米 麦 さとう でんぷん ごま	油揚げ 青大豆 豆腐 とり肉 わかめ たまご	にんじん たまねぎ たけのこ(生) 小松菜	塩 しょうゆ みりん 酒 さば削り節	542 24.7 17.8 2.1	26 金	【ふじさわランチ】 ふじさわロールパン 鮭のパン粉焼き ミネストローネ 牛乳	パン 油 じゃがいも 小麦粉 マカロニ パン粉 さとう	鮭 ベーコン とり肉 大豆 チーズ 牛乳	パセリ にんにく セロリ にんじん たまねぎ トマト	塩 こしょう とりガラ	615 33.0 24.0 2.4
17 水	じゃこトースト ABCスープ じゃがバターコーン くだもの(バナナ) 牛乳	パン ごま マヨネーズ じゃがいも マカロニ	ちりめんじゃ こ チーズ ふた肉 牛乳	たまねぎ 青のり にんじん パセリ マッシュルーム コーン(冷) バナナ	塩 こしょう ふたガラ	568 22.7 22.8 2.7	30 火	ごはん かつおと大豆のごまが らめ ゆで野菜 みそ汁 牛乳	米 麦 油 でんぷん さとう ごま	かつお 大豆 みそ 牛乳 わかめ	しょうが 大根 キャベツ 小松菜 たまねぎ えのきだけ	しょうゆ 酒 みりん さば削り節	623 30.9 21.3 2.0
18 木	ごはん さばのヤンニョムカン ジャンかけ ゆで野菜 若竹汁 牛乳	米 麦 さとう ごま ごま油	さば わかめ 豆腐 牛乳	しょうが にんにく 長ねぎ たけのこ キャベツ 小松菜 にんじん	しょうゆ 酒 一味唐辛子 塩 さば削り節	544 26.3 20.4 2.0							
19 金	【1年生給食開始】 カレーライス フルーツあえ 牛乳	米 麦 油 じゃがいも バター 小麦粉	ふた肉 白いんげん豆 チーズ 牛乳	たまねぎ にんにく にんじん しょうが パイン(缶) みかん(缶) りんご(缶)	カレー粉 赤ワイン しょうゆ 塩 ウスターソース トマトケチャップ ふたガラ	653 21.8 19.2 1.8							

★ お知らせとお願い ★

- ・献立は都合により変更になることもあります。
- ・でんぷんはじゃがいもでんぷん(片栗粉)、たまごは鶏卵のことです。

【給食の白衣について】
給食の白衣は金曜日に持ち帰り、洗濯・アイロンがけをお願いしています。ボタンが取れかかっていたりゴムが伸びていたら直してください。なお、洗濯の際は香りが強くないものを使用してください。給食の白衣を他の方と共用することに不安を感じる方は担任まで連絡を下さい。

【給食費について】
令和6年度から給食費の引き落としは原則、給食実施月の翌末日に変更になります。(ただし、4月・7月・3月を除く。末日が土日祝日の場合は翌営業日。)
4月・5月分の引き落としについては7月1日(月)となります。
詳細については4月に配布予定の「学校給食費納付額決定通知書」をご確認ください。

