

4月学校給食予定献立表



4月の給食目標 低学年:てあらいをしよう
中学年:身じ度をしっかりしよう
高学年:身じ度をしっかりしよう

秦野市立広畑小学校

給食回数 14回

ひづけ ぎゅうにゅう こんだて ★給食に必要な持ち物★ □ ランチマット □ ハンカチ □ マスク(給食当番) 1食平均 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	はじまつすずー きゅうしよくが ご入学・ご進級 おめでとうございます。 今年度はかわいい1年生 12名を迎え、広畑小では約 140人分の給食を作ります！ す！ おいしい給食 作ります！	10日(木) ○デザート スパゲッティナポリタン あじつきパン ぎゅうにゅう とりにくのかからあげ むしやさい あじつきパン でんぶん こむぎこ あぶら スパゲッティ さとう ぎゅうにゅう とりにく おから ウィンナー おめでとデザート(とうにゅう・いちご) しょうが キャベツ こまつな たまねぎ にんじん ビーマン マッシュルーム トマトピューレ 665kcal 25.2g 25.8g 2.2g	11日(金) ○ヨーグルト やさしいソテー ハヤシライス (もちむぎいりごはん) せいはいくまい もちむぎ じゃがいも あぶら ハヤシルー こまあぶら ぎゅうにゅう ぶたにく ヨーグルト にんにく しょうが にんじん たまねぎ トマトピューレ コーン グリーンピース キャベツ こまつな 671kcal 23.4g 18.1g 2.7g	
14日(月) さけのふうみあげ すましじる さくらずし せいはいくまい さとう こむぎこ あぶら ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく なと さけ おから とうふ にんじん しめじ なかねぎ こまつな たまねぎ さくらごはんのもん(やえざくら) 614kcal 27.8g 21.0g 2.4g	15日(火) ○デザート ドライカレー コッパン やさしい スープに コッパン あぶら こむぎこ じゃがいも ぎゅうにゅう ぶたにく だいず とりにく たまねぎ にんじん にんにく しょうが パセリ キャベツ セロリ こまつな 616kcal 27.7g 22.9g 2.6g	16日(水) ちくわのいそべあげ まっちゃふりかけ ごはん はるやさしい うまに せいはいくまい きょうかまい じゃがいも あぶら さとう こむぎこ ぎゅうにゅう とりにく まっちゃふりかけ ちくわ あおりの おから しょうが にんじん たまねぎ だけのこ にんにやく 611kcal 23.0g 15.1g 1.9g	17日(木) チキンナゲット ミルクパン ソース やきそば ミルクパン ちゅうかめん あぶら はっこうにゅう ぶたにく チキンナゲット にんじん たまねぎ キャベツ もやし こまつな 691kcal 23.7g 19.2g 2.6g	18日(金) ○デザート (ピビンパのぐ) わかめ スープ せいはいくまい むぎ あぶら さとう こまあぶら こま ミニたいやき(チョコクリーム) ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ とうふ なと にんにく なかねぎ にんじん もやし こまつな えのき 623kcal 23.2g 18.9g 2.2g
21日(月) ひじきのいゆに ごはん とんかつ むしキャベツ せいはいくまい こむぎこ パンこ あぶら さとう ぎゅうにゅう ぶたにく おから ひじき だいず さつまあげ キャベツ にんじん しめじ こんにやく 646kcal 25.4g 21.7g 1.6g	22日(火) はるキャベツのサラダ いちごジャム コッパン マカロニ グラタン コッパン いちごジャム マカロニ あぶら こむぎこ パンこ さとう ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく チーズ たまねぎ にんじん こまつな マッシュルーム キャベツ しめじ しょうが 696kcal 30.7g 27.0g 2.5g	23日(水) ヤンニョムチキン ごはん にらとキャベツの スープ せいはいくまい でんぶん あぶら さとう こま ぎゅうにゅう なと とうふ とりにく にら キャベツ たまねぎ にんじん こまつな にんにく きゅうり 612kcal 21.4g 19.5g 1.9g	24日(木) ハリハリサラダ くろパン じゃがいも パンこ あぶら さとう ぎゅうにゅう ぶたにく かんてん たまねぎ にんじん パセリ きりぼしだいこん キャベツ きゅうり 610kcal 24.0g 19.2g 2.7g	25日(金) ○デザート (とりそぼろ) とん じる せいはいくまい むぎ あぶら さとう でんぶん じゃがいも りんごタルト ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく とうふ みそ しょうが にんじん グリンピース こんにやく だいこん ごぼう なかねぎ こまつな 699kcal 29.2g 20.4g 1.6g
28日(月) アメリカンドッグ ベジピラフ はるさめ スープ せいはいくまい むぎ バター あぶら はるさめ さとう ホットケーキのも ぎゅうにゅう とりにく フランクフルト たまねぎ ビーマン にんじん マッシュルーム こまつな 682kcal 22.2g 26.1g 2.5g	29日(火) 昭和の日 いとかまあげ スパゲッティミートソース (ソフトめん) ソフトめん あぶら こむぎこ さとう じゃがいも パンこ ぎゅうにゅう ぶたにく いと かまぼこ おから にんにく にんじん たまねぎ キャベツ グリンピース パセリ トマトピューレ マッシュルーム 690kcal 25.9g 25.3g 2.3g	30日(水) いとかまあげ スパゲッティミートソース (ソフトめん) ソフトめん あぶら こむぎこ さとう じゃがいも パンこ ぎゅうにゅう ぶたにく いと かまぼこ おから にんにく にんじん たまねぎ キャベツ グリンピース パセリ トマトピューレ マッシュルーム 690kcal 25.9g 25.3g 2.3g	食物アレルギーについて 食物アレルギーがある場合は必ず担任 までお申し出ください。給食で特別な 対応を希望する場合は医療機関を受診 し、「学校生活管理指導表」を提出し てください。	

学校給食予定献立表

毎月、tetoruで配信する献立表には、その日の献立名、使用する食品名、中学年1食あたりの栄養量を記載しています。毎日見ていただき、給食に使われていない食品や献立をご家庭の食事で補っていただけたらと思います。

*天候や仕入れの状況により、一部変更になる場合もあります。

3つの食品分類

その日に使用する食品が体の中に入っておもにどのような働きをするのか、3つのイメージカラーでわかりやすく分類しています。

きいろ：体のエネルギー源になる炭水化物や脂質を多く含む食品

あか：筋肉や血液、骨や体の組織をつくるたんぱく質やカルシウムを多く含む食品

みどり：皮膚や粘膜を保護したり、体の調子を整えたりするビタミンを多く含む食品



給食当番の白衣について

当番用の白衣、帽子、袋はみんな使います。お子様が白衣を持ち帰りましたら、次の人のために洗濯とアイロンがけをお願いします。

