



【4月】学校給食献立予定表 くらたけ小



栖本学校給食センター (TEL:0969-54-5333)

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゆう	おかず	ざいりょう			栄養量	
					赤	黄	緑	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
					ちやにくやほねになる	ねつやちからになる	からだのちようしをととのえる		
8	げつ	むぎごはん		あつあげのちゅうかに しゅうまい きくらげのサラダ	ぎゅうにゆう ぶたにく あつあげ かまぼこ	こめ むぎ あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら	たけのこ にんじん しいたけ たまねぎ キャベツ きゅうり きくらげ いんげん	686	26.1
9	か	しょくパン		ラビオリスープ てりやきチキン カルシウムサラダ・いちごジャム	ぎゅうにゆう とりにく チーズ	しょくパン ラビオリ あぶら オリーブゆ	たまねぎ キャベツ にんじん こまつな きゅうり えだまめ コーン いちごジャム	648	30
10	すい	むぎごはん		はるやさしみそしる ソースカツ	ぎゅうにゆう ぶたにく あげ とうふ ハム	こめ むぎ パンこ さとう じゃがいも かたくりこ あぶら クレープ	たまねぎ キャベツ にんじん しいたけ えのきたけ ねぎ きゅうり	764	30.4
11	もく	ミルクパン		ナポリタン はるキャベツのコールスロー	ぎゅうにゆう ハム チーズ ウィンナー	ミルクパン スパゲッティ オリーブゆ	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム トマト キャベツ コーン えだまめ	661	24.6
12	きん	ふりかえきゅうぎょうび							
15	げつ	ふりかえきゅうぎょうび							
16	か	ハニートースト		ポトフ ツナごぼうサラダ	ぎゅうにゆう ウィンナー ツナ	しょくパン はちみつ マーガリン さとう じゃがいも ごま	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ ごぼう きゅうり	597	18.3
17	すい	むぎごはん		あまくさだいおうのおやこに ごもきんぴら	ぎゅうにゆう とりにく たまご あつあげ こうやどうふ	こめ むぎ さとう ごま じゃがいも こんにやく ごまあぶら	たまねぎ にんじん れんこん ほうれんそう ごぼう いんげん	641	22
18	もく	むぎごはん		とうふとあげのみそしる てばもとのこみ くきわかめのすのもの	ぎゅうにゆう とうふ あげ とりにく ハム (いりこ)	こめ むぎ さとう ごま じゃがいも ごまぶら	にんじん たまねぎ えのきたけ しいたけ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり くきわかめ	644	28
19	きん	むぎごはん		つぼんじる ひこずり	ぎゅうにゆう とりにく だいず あつあげ ちくわ たまご (いりこ)	こめ むぎ さとう こんにやく さとも ごま ごまあぶら	にんじん ねぎ たけのこ いんげん ぼんかん	567	24.2
22	げつ	むぎごはん		マーボーどうふ パンサンスー	ぎゅうにゆう とうふ だいず ぶたにく ハム たまご	こめ むぎ さとう でんぶん ごまあぶら はるさめ	たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ しいたけ にんにく きゅうり もやし	621	23
23	か	あげパン		オニオンスープ シーザーサラダ	ぎゅうにゆう ぶたにく きなこ とりにく ハム チーズ	コッペパン でんぶん さとう じゃがいも あぶら	たまねぎ にんじん えのきたけ キャベツ きゅうり ピーマン	597	18.3
24	すい	ピースそぼろごはん		わかたけじる さかなのパンこやき	ぎゅうにゆう とりにく だいず かまぼこ ホキ とうふ わかめ たまご(かつお・こんぶ)	こめ むぎ さとう パンこ ごま	グリーンピース たけのこ えのきたけ にんじん たまねぎ こんぶ キャベツ きゅうり	624	22.7
25	もく	こくとうパン		ピーフンじる コロッケ てつぶんサラダ	ぎゅうにゆう ぶたにく ハム ひじき	こくとうパン あぶら コロッケ ピーフン ごま	たまねぎ にんじん しいたけ えのきたけ ねぎ もやし こまつな	644	28
26	きん	カレーライス		とうふサラダ ミルクゼリー	ぎゅうにゆう ぶたにく とうふ ちりめん	こめ むぎ じゃがいも さとう ごまあぶら ごま	たまねぎ にんじん えだまめ にんにく コーン きゅうり アガー ももかん	567	24.2
29	げつ	しょうわのひ							
30	か	しろごはん		しんじゃがいものそぼろに きびなごカリカリあげ しおこんぶあえ	ぎゅうにゆう とりにく あつあげ きびなごフライ しおこんぶ(かつお・こんぶ)	こめ じゃがいも こんにやく さとう でんぶん あぶら	にんじん たまねぎ グリンピース しいたけ キャベツ きゅうり	726	28

※都合により、献立や食材が変更になる場合がございます。ご了承ください。



よろしくおねがいします！

今年度も栖本学校給食センターは
安全でおいしい給食作りに励みたいと思います。

