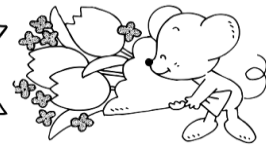


4月



給食献立表



平成30年度 給食回数 全14回 (1年生 11回)

弥富市立日の出小学校

日 曜	こんだてめい		おもに体をつくる もとなるもの(あかいり)		おもに体のちようしをととのえる もとなるもの(みどりいろ)		おもにエネルギーの もとなるもの(きいろ)		びこう
10 火	ごはん 牛乳	とりむねにくのソースカツ はるさめサラダ あつあげとやさいのみそしる	牛乳	チキンカツ ハム なまあげ みそ	キャベツ ちんげんさい とうもろこし だいこん たまねぎ にんじん えのきたけ こまつな	ごはん なたねあぶら さとう はるさめ ごまあぶら			1年生給食なし
11 水	むぎごはん 牛乳	チキンカレー ツナサラダ オレンジ	牛乳	とりにく まぐろあぶらづけ	にんにくしょうが たまねぎ にんじん ほうれんそう キャベツ きゅうり とうもろこし オレンジ	むぎごはん じゃがいも カレールウ なたねあぶら わふうドレッシング			
12 木	ごはん 牛乳	さばのしおこうじみそやき きんぴらごぼう つくねじる	牛乳	さばのしおこうじあかみそづけ とりつくね わかめ	ごぼう にんじん だいこん たまねぎ キャベツ かぼちゃ	ごはん こんにやく ごまあぶら さとう			
13 金	せきはん はっこう乳	ちくわのにしよくあげ こまつなごまあえ はるのすましじる	はっこう乳	ちくわ たまご あおのり ハム かまぼこ とうふ	こまつな もやし だいこん はくさい にんじん えのきたけ みつば	せきはん こむぎこ なたねあぶら さとう ごま			<small>にゅうがくしんきゅう</small> *入学・進級 お祝い給食
16 月	ごはん 牛乳	まぐろとじゃがいもごまがらめ こまつなのおひたし さわにわん	牛乳	まぐろ あぶらあげ かつおぶし ぶたにく	いんげん こまつな もやし ごぼう だいこん にんじん みつば	ごはん じゃがいも なたねあぶら さとう ごま さつまいも			
17 火	ごはん 牛乳	とりにくのこうみやき うどとハムのサラダ たまごとわかめのスープ	牛乳	とりにく ハム とうふ たまご わかめ	ねぎしょうが にんにく キャベツ うど とうもろこし だいこん にんじん たまねぎ	ごはん ごまあぶら さとう なたねあぶら でんぶん			
18 水	ごはん 牛乳	さばのうめふうみやき やさいのあおじそあえ しろみそしる ヨーグルト	牛乳	さばのうめドレッシングづけ あぶらあげ とうふ みそ ヨーグルト	キャベツ もやし きゅうり だいこん にんじん はくさい	ごはん じゃがいも			
19 木	ごはん 牛乳	キャベツいりメンチカツ まめサラダ とんじる	牛乳	キャベツいりメンチカツ だいたい ハム ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ	えだまめ きゅうり ごぼう だいこん にんじん ねぎ	ごはん なたねあぶら サウザンアイランドドレッシング こんにやく			
20 金	クロスロールパン 牛乳	えびとアスパラガスのクリームに こまつなサラダ オレンジ	牛乳	えび まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん アスパラガス こまつな キャベツ とうもろこし オレンジ	クロスロールパン じゃがいも バター こむぎこ なたねあぶら さとう			
23 月	ごはん 牛乳	マーボどうふ しろみぎかなのフリッター やさいのうめあえ	牛乳	ぶたにく とりにく とうふ しろみぎかなのフリッター	にんにく たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ キャベツ もやし きゅうり	ごはん ごまあぶら さとう でんぶん なたねあぶら			給食11:40~12:25 (PTA総会のため) しろみぎかなのフリッター 1~2年1こ、3~6年2こ
24 火	ごはん 牛乳	はるのかおりごはん さわらのしろしょうゆやき はるキャベツのかおりづけ かきたまじる がまごおりみかんゼリー	牛乳	とりにく さわらしろしょうゆつけ かまぼこ とうふ たまご	たけのこ ふき にんじん キャベツ きゅうり だいこん はくさい こまつな	ごはん あぶら さとう ごま ごまあぶら でんぶん がまごおりみかんゼリー			1年生給食なし (校外学習のため) *地元の旬を味わう 和食給食
25 水	ごはん 牛乳	あげじゃがいもそぼろに とうふだんご じゃこおかかあえ	牛乳	ぶたにく とりにく ちくわ とうふだんご しらすほし かつおぶし	にんじん たまねぎ えだまめ キャベツ きゅうり	ごはん じゃがいも なたねあぶら こんにやく さとう でんぶん			とうふだんご 1~2年1こ、3~6年2こ
26 木	ごはん 牛乳	ひきずり(とりすき) ツナみそ(ふなみそじたて) ごまずあえ	牛乳	とりにく やきどうふ まぐろあぶらづけ だいたい みそ ささみオイルづけ	にんじん はくさい えのきたけ ねぎ きゅうり もやし	ごはん こんにやく かくふ なたねあぶら さとう ごま			<small>こんげつ きょうどりょうり</small> *今月の郷土料理 【愛知・海部地方】
27 金	ちゅうかめん 牛乳	しょうゆラーメン あいちのぶたしゅうまい むしどりのちゅうかサラダ いちごのゼリーポンチ	牛乳	ぶたにく なると えび しゅうまい ささみオイルづけ ミルクゼリー	たけのこ もやし にんじん ちんげんさい ねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし もも パイナップル	ちゅうかめん ごまあぶら ラーゆ さとう			1年生給食なし (予備日のため) あいちのぶたしゅうまい 1~2年1こ、3~6年2こ

▼都合により、献立を変更する場合があります。調味料やだし等については記載されていません。

【今月の平均栄養価】 エネルギー606kcal、たんぱく質24.6g、脂質29.5% ※小学校中学年を基準としています。

【今月の地元の食材】 キャベツ、きゅうり、こまつな(弥富市シルバー人材センター)、みつば(エム式水耕研究所)



今年度からこんな取り組みをします!

◆◆◆ 毎月24日は「地元の旬を味わう和食の日」 ◆◆◆ 地元の旬の食材と「だし」を使い、米を中心とした栄養バランスのよい献立になっています。

◆◆◆ 知ろう 食べよう 日本の郷土料理 ◆◆◆ 「今月の郷土料理」の日は、いつもの給食に、日本各地の郷土料理を取り入れています。