

平成31年度4月予定献立表

Aコース：一小・二小・三小・四小・五小  
東大和市学校給食センター

日	曜日	牛乳	献立名	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー [kcal] 小学校	蛋白質 [g] 小学校	ひとくちメモ
9	火	○	ごはん すましじる てづくりとりつくね キャベツのサラダ (かんきつドレッシング)	ぎゅうにゅう かつおぶし さばぶしだし こんぶ カットわかめ あぶらあげ とりひき にく ぶたひきにく とうふ	こめ あぶら なまパン こ さとう かたく りこ	だいこん にんじん ねぎ しょうが キャベツ	653	31.0	 <p>4月 にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級 おめでとうございます！ お祝いメニュー</p>
10	水	○	ごはん ハンガリアンシチュー きりぼしだいこんサラダ (あおじそドレッシング) パイン・りんごかん	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたひきにく	こめ あぶら じゃがいも こむぎこ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん マッシュルーム みずに トマトかん トマト ピューレー ピーマン きりぼし だいこん きゅうり もやし りんごかん パインかん	691	20.0	
11	木	○	ごはん かぶのみそじる ぶたにくのしょうがやき やさいのせんぎりいため	ぎゅうにゅう だし こんぶ かつおぶし あ かみそ しろみそ あ ぶらあげ ぶたかた ローズにく ベーコン	こめ	かぶ かぶは にんじん しょうが たまねぎ キャベツ え のきたけ ピーマン	639	27.0	
12	金	○	カレーうどん ちくわのいそべあげ (2) ほうれんそうともやしのごまあえ (ごまドレッシング)	かつおぶし だしこんぶ とりむねにく かまぼこ ぎゅうにゅう やきちくわ あおのり	うどん あぶら くずこ こむぎこ ごま さとう	たまねぎ にんじん ねぎ こまつな もやし ほうれんそう	612	28.1	
15	月	○	ごはん わかめスープ いかのチリソース (2) ちゅうかサラダ (ちゅうかドレッシング) はるか (なま)	ぎゅうにゅう ぶたか たにく カットわかめ いか	こめ あぶら ごま まあぶら かたくりこ さとう りよくとうは るさめ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ もやし キャベツ はるか	659	27.1	
16	火	○	とりごぼうごはん うすくずじる さばのからみやき いんげんとさつまあげのいためもの	とりももにく ぎゅう にゅう かつおぶし とうふ かまぼこ さ ば さつまあげ	こめ むぎ あぶら さ とう くずこ ごまあ ぶら ごま	ごぼう にんじん えのきたけ ねぎ こまつな しょうが い んげん	682	33.9	
17	水	○	ミートサンド (よこわりまるパン、 ミートサンドのぐ) だいずとじゃがいものとうにゅう スープ コーンサラダ (たまねぎドレッシング)	ぎゅうにゅう ベーコン だいず とうにゅう しろみそ ぶたひ きにく	まるパン あぶら じゃがいも さとう かたくりこ	にんにく たまねぎ にんじん セロリ キャベツ もやし れいとうホールコーン	642	30.2	
18	木	○	ごはん チキンカレー かいそうサラダ (かんきつドレッシング) ももゼリー	ぎゅうにゅう とりも もにく かいそうミッ クス	こめ あぶら じゃがいも こむぎこ さとう メープルシロップ りよくとうはるさめ あわせるゼリー (ピーチ)	にんにく しょうが セロリ たまねぎ にんじん アップル ソース トマトピューレー も やし はくとうかん	672	22.4	
19	金	○	チリウインナードック (せわり コッペパン、チリウインナー) ABCスープ ツナとキャベツのソテー	ぎゅうにゅう ベーコン とうふウインナー ツナ	コッペパン マカロニ あぶら	たまねぎ にんじん キャベツ れいとうホールコーン にん にく トマトピューレー	641	28.0	
22	月	○	ごはん おはなみじる とりにくのてりやき こんにやくサラダ (ごまドレッシング) さんしょくだんご	ぎゅうにゅう だし こんぶ かつおぶし と りももにく あぶらあ げ ちらしかまぼこ かいそうミックス	こめ あぶら さとう かたくりこ さんしょ くだんご	だいこん にんじん ほししい たけ ねぎ しょうが こん にやく もやし	658	27.2	
23	火	○	わかめごはん とんじる さわらのからあげ えだまめサラダ (ノンエッグマヨ ネーズ)	たきこみわかめ ぎゅう にゅう かつおぶし だしこんぶ ぶたも もにく とうふ あかみ そ しろみそ さわら	こめ あぶら じゃがいも かたくりこ ノ ンエッグマヨネーズ	ごぼう にんじん だいこん ねぎ しょうが にんにく れいとうむきえだまめ キャベツ	703	34.8	
24	水	○	ミートソーススパゲティ じゃがいものあおのりあえ きよみオレンジ (なま)	ぶたひきにく ぎゅう にゅう あおのり	スパゲティ あぶら メープルシロップ さ とう こむぎこ じゃ がいも	にんにく たまねぎ セロリ にんじん マッシュルーム みずに トマトピューレー なま しいたけ きよみオレンジ	634	23.0	
25	木	○	たくあんごはん わかたけじる さけのみそづけやき こまつなとしめじのおひたし (しょうゆ)	あぶらあげ ぎゅう にゅう だしこんぶ かつおぶし カットわ かめ とうふ さけ し ろみそ	こめ むぎ きょうか まい さとう ごま	きざみたくあん たけのこ みずにかんづめ だいこん にん じん ねぎ もやし ぶなしめ じ こまつな	698	31.2	
26	金	○	あさやきしょくパン (いちごジャム) トマトシチュー アスパラガスとコーンのソテー	ぎゅうにゅう ぶたか たにく ベーコン	しょくパン あぶら じゃがいも さとう こむぎこ グラニュー とう はちみつ くず こ	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルームみずに トマ トピューレー キャベツ アス パラガス れいとうホール コーン いちご レモン	620	24.2	
*都合により、献立や材料等を変更することがありますのでご了承ください。 *学校により給食の実施日は異なります。 *小学校のエネルギー・蛋白質は中学年量です。							月平均	657	27.7
							学校給食摂取基準	650	21-33

\* 四・五月分の給食費は五月二十日(月)に引き落としします。残高確認をお願いします。

保護者のみなさまへ ~給食費について~

- \* 4月は、給食費の引き落としがありません。
- 5月20日(月)が4月・5月分の引き落とし日になります。2か月分の給食費が引き落とされます。
- なお、再引き落とし日は、5月30日(木)です。
- \* 入金及び残高のご確認をお願いいたします。ご協力をお願いいたします。
- \* 学校給食は保護者のみなさまに納入していただく給食費によって成り立っています。
- お預かりした給食費は、食材の購入に使用しています。ご理解の程、宜しくお願いいたします。

