

平成31年度4月予定献立表

Bコース：六小・七小・八小・九小・十小
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</p> <p>にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級</p> <p>おめでとうございます!</p> <p>いわ お祝いメニュー</p> <p>あたらしいスタートをき 新しいスタートを切ったみ</p> <p>なさんへ、給食センターか なさんへ、給食センターから</p> <p>らお祝いの気持ちをこめ らお祝いの気持ちをこめ</p> <p>て、「お祝いメニュー」を24 て、「お祝いメニュー」を24</p> <p>日にお届けします。</p> <p>お花見汁</p> <p>はなみじる お花見汁</p> <p>さくら はな かたち 桜の花の形をしたちらし</p> <p>かまぼこが入っています。</p> <p>三色団子</p> <p>さんしょくだんご 三色団子</p> <p>はる い はなみ 春と言えばお花見です</p> <p>ね。お花見に欠かせない ね。お花見に欠かせない</p> <p>「三色団子」で春を感じてく 「三色団子」で春を感じてく</p> <p>ださい。</p> <p>旬の食材</p> <p>しゅん しよくさい 旬の食材</p> <p>たけのこ</p> <p>わかたけじる たけのこ</p> <p>25日：若竹汁</p> <p>かぶ</p> <p>みそじる かぶ</p> <p>10日：かぶの味噌汁</p> <p>柑橘類</p> <p>かんきつるい 柑橘類</p> <p>17日：はるか(生)</p> <p>ひゅうがなつ う かんきつ 日向夏から生まれた柑橘</p> <p>るい かわ み きいろ 類で、皮や身は黄色くレモ</p> <p>ンの様ですが、見た目に反 ンの様ですが、見た目に反</p> <p>して甘いのが特徴です。</p> <p>あま どくちよう して甘いのが特徴です。</p> <p>23日：清見オレンジ(生)</p> <p>きよみ なま 23日：清見オレンジ(生)</p> <p>きゅうしよく ひがしやまとしさん 給食では東大和市産の</p> <p>じばやさい しよ 地場野菜も使用しており</p> <p>ます。</p>
10	水	○	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 ろースにく 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	
11	木	○	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	
12	金	○	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	
15	月	○	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	
16	火	○	ミートサンド(よこわりまるパン、 ミートサンドのぐ) だいち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 だいちと 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	
17	水	○	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	
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	○	チリウインナーダック(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	○	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	
23	火	○	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	
24	水	○	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	
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	さざみたくあん 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	○	あさやきしよくパン(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	しよくパン 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	
							月平均	657	27.7
							学校給食摂取基準	650	21-33

*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。

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、宜しく願いいたします。

