



# 4月の給食予定表



令和6年(小学校用)「お魚マーク」

・・・鮭子漁港で多く水揚げされる魚を使用したメニューを表しています。

鮭子市学校給食センター

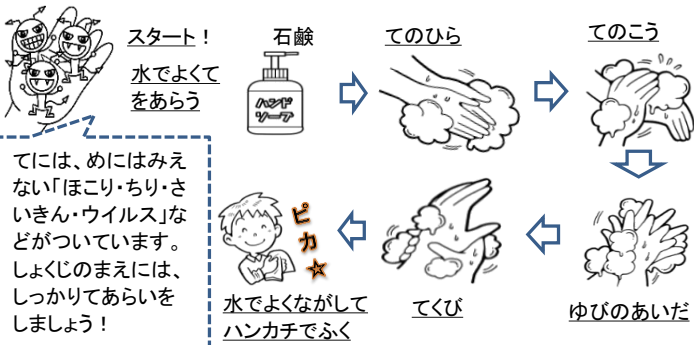
日曜	こんだて名	おもなざいりょう名						えいようか		
		ちや肉になるもの		体のちようしをととのえるもの		はたらく力になるもの		たんぱく質(g)	しつ(g)	
		にく さかな たまご だいずせいひん	にゅうかいそう ごきかなるい	りよくおうしよく やさい	そのたのやさい くだもの	米 パン めん さとういもるい	ゆしるい			
9 火	ごはん 牛乳 どうふとわかめのみそしる とりにくのマリネ ブロッコリーおかかマヨふうみあえ	とり肉 油あげ とうふ みそ かつおぶし	牛乳 わかめ	こまつな にんじん ブロッコリー	ながねぎ レモンかじゅう たまねぎ	米 さとう でんぶん	油 ごま油 ドレッシング	677	28.9	21.1
10 水	ごはん 牛乳 えびだんごのすましじる さばのみそに にくじゃが	えびだんご さば みそ ぶた肉	牛乳	にんじん ほうれんそう いんげん	ながねぎ たまねぎ しらたき えのきたけ	米 じゃがいも さとう	油	683	27.8	19.8
11 木	ごはん 牛乳 とんじる いかごまフライ はくさいともやしのおかかあえ(やさいふりかけ)	ぶた肉 とうふ いか みそ 油あげ かつおぶし	牛乳	にんじん こまつな	だいこん ごぼう ながねぎ こんにやく はくさい もやし	米 パンこ こむぎこ じゃがいも	油 ごま	689	29.8	22.3
12 金	しよくパン 牛乳 コンソメスープ てりやきチキン コーンソーテ (いちご&マーガリン)	ウインナー とり肉 ベーコン	牛乳	にんじん ブロッコリー いんげん	キャベツ たまねぎ とうもろこし マーガリン	パン ジャム じゃがいも マカロニ	油 マーガリン	668	25.8	28.2
15 月	ごはん 牛乳 ポークカレー かわりめだまやき ちばにんじんゼリー	ぶた肉 たまご	牛乳	にんじん	にんにく たまねぎ ひよこまめ	米 ゼリー じゃがいも	油 バター ルウ	698	21.6	18.7
16 火	ごはん 牛乳 こうやどうふのみそしる あじみそあげだまフライ ぶたにくとこんぶのいために	こうやどうふ みそ あじ ぶた肉 ちくわ	牛乳 わかめ こんぶ	にんじん いんげん	はくさい ながねぎ こんにやく	米 こむぎこ さとう パンこ	油	711	27.2	23.0
17 水	ごはん 牛乳 つみれじる あつやきたまご だいこんのそぼろに	いわしつみれ たまご とうふ みそ ちくわ ぶた肉	牛乳	にんじん こまつな いんげん	しょうが だいこん ながねぎ えのきたけ	米 さとう	油	654	29.4	17.5
18 木	ごはん 牛乳 マーボーどうふ えびしゅうまい マンガプリン	ぶた肉 とうふ だいち みそ えび すりみ	牛乳	にんじん にら	しょうが にんにく しいたけ ながねぎ たけのこ たまねぎ	米 プリン さとう でんぶん しゅうまいのかわ	油 ごま油	694	24.7	19.7
19 金	コッペパン 牛乳 コーンポタージュ ソーセージ (パッकेチャップ) キャベツのサラダ	とり肉 ソーセージ ツナ	牛乳 スキムミルク	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし キャベツ きゅうり	パン ドレッシング ごま	油 ルウ	687	26.4	30.7
22 月	ごはん 牛乳 はくさいのみそしる あじのあげに はるさめいりやさいのため	油あげ みそ あじ ぶた肉	牛乳	こまつな ピーマン にんじん	はくさい ながねぎ しょうが キャベツ もやし えのきたけ	米 さとう でんぶん はるさめ	油	652	27.0	16.7
23 火	ごはん 牛乳 なめこじる とんかつ ポテトサラダ おいおいクレープ (パックスソース・のりごまふりかけ)	とうふ ぶた肉 みそ	牛乳 のり わかめ	いとみつば にんじん	なめこ ながねぎ きゅうり キャベツ	米 こむぎこ じゃがいも クレープ パンこ	ドレッシング ごま	749	23.0	25.1
24 水	ごはん 牛乳 えのきととりにくのスープ やきぎょうざ かにかまサラダ (のりかつおふりかけ)	とり肉 かにかま かつおぶし	牛乳 のり わかめ	にんじん ちんげんさい	ながねぎ キャベツ えのきたけ きゅうり	米 はるさめ ぎょうざのかわ てんぶん	ドレッシング ごま油	624	20.5	17.9
25 木	ごはん 牛乳 わかたけじる さばのたつたあげ とりごぼう	ふ さば とり肉	牛乳 わかめ	いとみつば にんじん	たけのこ えのきたけ こんにやく しょうが ごぼう	米 でんぶん さとう	油 ごま	690	24.8	25.8
26 金	しよくパン 牛乳 キャベツとベーコンのスープ さけとほうれんそうのグラタン クリーミーごまサラダ (メープルジャム)	ベーコン さけ ハム	牛乳	ほうれんそう にんじん	たまねぎ キャベツ ごぼう きゅうり れんこん とうもろこし	パン じゃがいも ジャム	油 ドレッシング ごま	658	24.0	26.7
29 月	しょうわ ひ 昭和の日									
30 火	ごはん 牛乳 ハッシュドポーク フルーツジュレ (チーズ②)	ぶた肉	牛乳 チーズ	にんじん トマト	にんにく たまねぎ マッシュルーム もも みかん りんご ひよこまめ	米 さとう ゼリー じゃがいも	油 ルウ	678	21.2	17.3

☆都合により、献立内容を変更することがあります。

**お知らせ**  
令和6年度の学校給食を無償化します。(第3子以降の子の学校給食も無償化を継続します。)

みんなで協力して、しっかり準備をしよう！！

## しよくじのまえに「て」をあらおう



## きゅうしよくとうばんさん、じゅんぴはいいですか?

かみのけは、ぼうしのなかへはいつていますか?

マスクはつけてましたか?

つめはのびていませんか?

ては、せっけんをよくあらいましたか?

きもちがわるい、おなかがいいたいなど、たいちょうはわるくないですか?

はいはい、きちんときていますか?

1ヶ月のへいきんえいようりょう	たんぱくしつしつ	エネルギー	680
	しよくえんそうとうりょう	たんぱくしつしつ	25.4
		しよくえんそうとうりょう	22.0
		しよくえんそうとうりょう	2.2
しょうかくせい1しよくあたりえいようきじゅんち	たんぱくしつしつ	エネルギー	650
	しよくえんそうとうりょう	たんぱくしつしつ	27.6
		しよくえんそうとうりょう	18.0
		しよくえんそうとうりょう	2.0