



4月

学校給食献立表



府中町立府中中央小学校

にち	ようび	の み もの	こんだてめい	つかわれているしょくひん			エ ネ ル ギー (kcal)	たんぱく しつ (g)
				あかのグループのしょくひん	きいろのグループのしょくひん	みどりのグループのしょくひん		
10	木		広島県の郷土料理 もぶりごはん	しらすぼし ちくわ あぶらあげ	ごはん あぶら さとう	こんにゃく にんじん れんこん さやいんげん ほししいたけ	517	22.3
			とりだんごじる	とりにく とうふ みそ しろみそ たまご	でんぶん	しろねぎ しょうが たまねぎ にんじん ねぎ		
11	金		お話し給食の日 ホットドッグ	フランクフルト	コッペパン さとう	キャベツ	663	26.1
			はるやさいのクリームに	ぎゅうにゅう なまクリーム しろいんげんまめのペースト しろいんげんまめ とりにく	じゃがいも バター あぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん だいこん グリーンアスパラガス		
14	月		ハヤシライス	ぎゅうにく	ごはん じゃがいも バター こむぎこ さとう	たまねぎ にんじん にんにく パセリ	583	18.8
			ツナサラダ	まぐろのみずに	べにばなあぶら さとう	にんじん コーン キャベツ きゅうり		
			カルピスゼリー	かんてん ゼラチン にゅうさんきんいんりょう				
15	火		やきうどん	ぶたにく さつまあげ あおのり かつおぶし	うどん あぶら	にんじん キャベツ もやし たまねぎ ねぎ	502	21.5
			ひじきのごまマヨネーズあえ	ひじき とりにく だいず	さとう ごま マヨネーズ	はくさい こまつな にんじん		
			カレーポテト		じゃがいも あぶら			
16	水		おやかどんぶり	たまご とりにく かまぼこ	ごはん さとう でんぶん あぶら	たまねぎ にんじん ねぎ	580	26.1
			きりぼしだいこんのすのもの	しらすぼし ちくわ	ごま ごまあぶら さとう	きりぼしだいこん きゅうり にんじん ほうれんそう もやし		
17	木		ごはん		ごはん		612	29.5
			さけのてりやき	さけ	さとう			
			キャベツのこんぶあえ	こんぶ	ごま	キャベツ レモン		
			ぶたじる	ぶたにく あぶらあげ みそ	さつまいも あぶら	にんじん ごぼう だいこん こんにゃく ねぎ		
21	月		ごはん		ごはん		585	26.0
			タンドリーチキン	とりにく ヨーグルト		にんにく しょうが		
			ゆでブロッコリー			ブロッコリー		
			ひじきのいために	ひじき さつまあげ ぶたにく	さとう あぶら	さやいんげん にんじん ごぼう こんにゃく		
22	火		ごはん		ごはん		624	28.4
			なまあげのぶたにくのみそいため	ぶたにく なまあげ みそ	さとう あぶら	しょうが ピーマン キャベツ にんじん ほししいたけ		
			ちゅうかふうあえもの	たまご まぐろのみずに	ごま さとう ごまあぶら はるさめ	チンゲンサイ こまつな		
23	水		わかめうどん	わかめ とりにく あぶらあげ	うどん	たまねぎ はくさい ねぎ	518	23.8
			だいずのかきあげ	だいず えび たまご しらすぼし	こむぎこ あぶら	たまねぎ みつば にんじん ごぼう		
			ほうれんそうのごまあえ		ごま ねりごま さとう	ほうれんそう もやし キャベツ にんじん		
24	木		ごはん		ごはん		579	23.4
			じゃがいものそぼろに	とりにく さつまあげ なまあげ	じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん しらたき えだまめ		
			こまつなのサラダ	ロースハム	さとう べにばなあぶら	こまつな キャベツ きゅうり にんじん コーン レモン		
25	金		ココアパン		コッペパン グラニューとう あぶら		667	24.0
			しろいんげんまめのトマトに	ぶたにく しろいんげんまめ	オリーブオイル さとう	にんにく たまねぎ にんじん トマト パセリ		
			フルーツポンチ		さとう	みかん パイン もも		
26	土		チキンライス	とりにく	こめ あぶら	マッシュルーム たまねぎ にんじん さやいんげん	569	23.3
			きのこのたまごとじじる	ベーコン とうふ たまご	でんぶん あぶら	たまねぎ にんじん しめじ もやし えのきたけ チンゲンサイ		
			ヨーグルト	ヨーグルト				
30	水		ごぼうのスパゲティ	ぶたにく いか	スパゲティ あぶら オリーブオイル	ごぼう ねぎ にんじん たまねぎ しめじ にんにく	504	25.8
			ミモザサラダ	ロースハム チーズ たまご	べにばなあぶら さとう あぶら	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん		

お願い

* 物資の都合により、献立を変更することがあります。

近年、アレルギー食材の多様化がみられます。給食で初めて食べる食材があるときは、ご家庭で一度食べさせてください。