



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	つかわれているしよくひん			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
				あかのグループのしよくひん	きいろのグループのしよくひん	みどりのグループのしよくひん		
10	金		バターパン		バターパン		729	23.7
			きのことマカロニのクリームに	ベーコン こなチーズ しろいんげんまめペースト ぎゅうにゅう	マカロニ ジャがいも バター こむぎこ	にんじん たまねぎ エリンギ しめじ パセリ にんにく		
			フルーツしらたま		しらたまもち さとう	パイナップル おうとう みかん		
13	月		ハヤシライス	ぎゅうにく	ごはん ジャがいも さとう バター こむぎこ	たまねぎ にんじん にんにく えだまめ	602	19.5
			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 こまつな		
			でこぼん			でこぼん		
14	火		かいせんやきそば	えび いか ちくわ あおのり	ちゅうかめん あぶら	にんにく にんじん キャベツ もやし たけのこ ねぎ	512	24.4
			ささみのごまドレッシング	とりにく	ごま ねりごま さとう ごまあぶら	にんじん みずな だいこん		
			こくとうドーナツ	たまご ぎゅうにゅう	こむぎこ べにばなあぶら くろぎとう あぶら			
15	水		おやこどんぶり	たまご かまぼこ とりにく	ごはん あぶら でんぶん さとう	たまねぎ にんじん ねぎ ほししいたけ	571	25.8
			もやしとだいすのナムル	だいす しらすぼし こんぶ	ごま ごまあぶら	こまつな もやし		
16	木		ごはん		ごはん		564	26.5
			さわらのてりやき	さわら	さとう			
			アスパラガスとコーンのソテー	ベーコン	あぶら	グリーンアスパラガス コーン		
			はるキャベツのみそしる	とうふ あぶらあげ みそ	ジャがいも	たまねぎ にんじん キャベツ ねぎ		
20	月		ごはん		ごはん		587	24.2
			ジャがいものそぼろに	とりにく さつまあげ なまあげ	ジャがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん しらたき えだまめ		
			こまつなとハムのサラダ	ロースハム たまご	べにばなあぶら さとう	こまつな キャベツ にんじん レモン		
21	火		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	あぶら さとう	さやいんげん にんじん ごぼう こんにゃく		
22	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	515	23.7
			だいすのかきあげ	だいす しらすぼし えび たまご	こむぎこ あぶら	たまねぎ みつば にんじん ごぼう		
			キャベツのごまあえ		ごま ねりごま さとう	もやし ほうれんそう キャベツ にんじん		
23	木		ごはん		ごはん		583	24.4
			マーボー豆腐	とうふ ぶたにく あかみそ みそ	あぶら さとう でんぶん	にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ にら		
			ちゅうかふうすのもの	ロースハム たまご	はるさめ さとう ごまあぶら	こまつな キャベツ		
24	金		ホットドッグ	フランクフルト	コッパン さとう	キャベツ	663	26.1
			はるやさいのクリームに	とりにく しろいんげんまめ しろいんげんまめペースト ぎゅうにゅう なまクリーム	バター ジャがいも こむぎこ あぶら	たまねぎ にんじん だいこん グリーンアスパラガス		
25	土		とりめし	とりにく あぶらあげ	こめ あぶら さとう	ごぼう にんじん こんにゃく ほししいたけ	632	27.3
			ちくわのにしょくあげ	ちくわ あおのり	でんぶん こむぎこ あぶら			
			ワンタンスープ	ぶたにく	ワンタンのかわ あぶら	にんじん たまねぎ もやし にら しめじ		
28	火		ごはん		ごはん		537	17.9
			チャプチェ	ぎゅうにく	はるさめ さとう ごま ごまあぶら	にんにく にんじん たけのこ チンゲンサイ しめじ もやし		
			ひじきのナムル	ひじき しらすぼし	さとう ごまあぶら ごま	だいこん みずな にんじん にんにく		
30	木		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	588	22.7
			とりだんごじる	とりにく たまご とうふ みそ しろみそ	でんぶん	しろねぎ しょうが たまねぎ にんじん ねぎ		
			ぶどうゼリー	かんてん ゼラチン	さとう	ぶどうジュース		

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。