

月			火		水			木			金			
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">                     こんだてめい                 </div>			(栄養素)	4月平均値		<p>4月の行事食 10日(月) 入学おめでとう給食</p> <p>28日(金)は 遠足のため お弁当の準備を お願い致します。</p>			8	牛乳				
			エネルギー	640 kcal					8	牛乳				
			たんぱく質	25 g					8	牛乳				
			脂質	28%					8	牛乳				
			食塩	1.7 g					8	牛乳				
あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	カルシウム	343 mg		あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	8	牛乳				
血や肉になる	熱や力のもとになる	体のちようしをととのえる	マグネシウム	105 mg		あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	8	牛乳				
主に無機質	主に炭水化物	主にビタミンA	鉄	3.2 mg		あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	8	牛乳				
主に無機質	主に炭水化物	主にビタミンA	亜鉛	3.4 mg		あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	8	牛乳				
主に無機質	主に炭水化物	主にビタミンA	ビタミンA	201 ug		あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	8	牛乳				
主に無機質	主に炭水化物	主にビタミンA	ビタミンB1	0.68 mg		あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	8	牛乳				
主にたんぱく質	主に脂質	主にビタミンC	ビタミンB2	0.51 mg		あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	8	牛乳				
主にたんぱく質	主に脂質	主にビタミンC	ビタミンC	30 mg		あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	8	牛乳				
主にたんぱく質	主に脂質	主にビタミンC	食物センイ	4.5 g		あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	8	牛乳				
10	牛乳	11	牛乳	12	牛乳	13	牛乳	14	牛乳					
中学年	クリームライス	中学年	ごはん	中学年	ごはん	中学年	ごはん	中学年	ポークカレー					
エネルギー	ハンバーグ	エネルギー	ちくわのいそべあげ	エネルギー	とりにくの	エネルギー	きつねうどん	エネルギー	コールスローサラダ					
769	ブロッコリー	614	ぶたにくのしょうがやき	640	ほうれんそうのごまあえ	594	じゃがチーズ	760	三色だんご					
蛋白質27.7	お祝いクレープ	蛋白質25.6	ピリからとうふスープ	蛋白質29.6	とんじる	蛋白質22.2		蛋白質23.2						
あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品
牛乳	むぎ米	にんじん	牛乳	米	にんじん	牛乳	米	にんじん	牛乳	むぎ米	にんじん	牛乳	むぎ米	にんじん
チーズ	こめこ	えだまめ	あおのり	こむぎこ	ピーマン	わかめ	じゃがいも	ほうれんそう	チーズ	うどん	えだまめ	チーズ	じゃがいも	にら
クレープ	ブロッコリー			こまつな	こまつな		こんにやく	さとう	クレープ	ブロッコリー			こんにやく	さとう
ぶた肉	油	たまねぎ	ぶた肉	油	たまねぎ	とり肉		キャベツ	ぶた肉	油	しいたけ・ねぎ	ぶた肉	油	しいたけ・ねぎ
とり肉		マッシュルーム	ベーコン		キャベツ	ぶた肉	ごま	ねぎ	とり肉		たまねぎ	ぶた肉		たまねぎ
とうふ			ちくわ		しょうが	ハム	ごぼう	ごぼう	とうふ		とうもろこし	とうふ		とうもろこし
			とうふ		えのきだけ	とうふ・みそ	だいごん	だいごん						
17	牛乳	18	牛乳	19	牛乳	20	牛乳	21	牛乳					
中学年	しそなごはん	中学年	ごはん	中学年	コーンピラフ	中学年	ごはん	中学年	ごはん					
エネルギー	いりどり	エネルギー	とりにくのレモンふうみ	エネルギー	ポトフ	エネルギー	ビーフシチュー	エネルギー	肉シュウマイ					
573	だいごんサラダ	644	きりぼしだいごんのナムル	627	りんご	673	ミートソースパンネ	599	あつさりづけ					
蛋白質27.7		蛋白質26.2	もずくスープ	蛋白質22.1		蛋白質26.4		蛋白質28.4	とりやさい					
あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品
牛乳	米	にんじん	牛乳	米	にんじん	牛乳	米	にんじん	牛乳	米	にんじん	牛乳	米	にんじん
	じゃがいも	さやいんげん	もずく	こめこ	こまつな		じゃがいも	えだまめ	こんぶ	シュウマイ	こまつな		じゃがいも	えだまめ
	こんにやく			さとう			ほうれんそう	ほうれんそう	しらたき				ほうれんそう	ほうれんそう
とり肉	油	たけのこ	とり肉	油	だいごん	ぶた肉	油	たまねぎ・だいごん	とり肉	油	たまねぎ	とり肉	油	たまねぎ
ハム		きゅうり・だいごん	ハム	ごま油	きゅうり	ワインナー		とうもろこし	ぶた肉		キャベツ	ぶた肉		キャベツ
ちくわ		ごぼう・れんこん	とうふ		もやし			マッシュルーム	とうふ		マッシュルーム	とうふ		マッシュルーム
とうふ		しいたけ			しいたけ			りんご	みそ			みそ		
24	牛乳	25	牛乳	26	牛乳	27	牛乳	28	牛乳					
中学年	ごはん	中学年	わふうそぼろ丼	中学年	ごはん	中学年	ジャンバラヤ	中学年	ジャンバラヤ					
エネルギー	肉じゃが	エネルギー	パンパンジーふう	エネルギー	肉コロッケ	エネルギー	オムレツ	エネルギー	オムレツ					
586	うめおかかあえ	605	わかたけ汁	628	ひじきサラダ	629	せんぎりスープ	629	せんぎりスープ					
蛋白質22.1	ふりかけ	蛋白質24.9		蛋白質21.1	みそしる	蛋白質24.2		蛋白質24.2						
あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品
牛乳	米	にんじん	牛乳	むぎ米	にんじん	牛乳	米	にんじん	牛乳	むぎ米	にんじん	牛乳	むぎ米	にんじん
かつおぶし	じゃがいも	さやいんげん	わかめ	こむぎ	えだまめ	チーズ	こむぎこ・パンこ	こまつな	かつおぶし	じゃがいも	えだまめ	かつおぶし	じゃがいも	えだまめ
	しらたき			じゃがいも	ブロッコリー	ひじき				しらたき			しらたき	
	さとう			さとう						さとう			さとう	
	油		ぶた肉	油	しょうが・もやし	ぶた肉	油			油			油	
ぎゅう肉		だいごん	とり肉	ごま油	たまねぎ・きゅうり	かまぼこ			たまご			たまご		
ぶた肉		きゅうり・うめ	とうふ		たけのこ				ぶた肉		たまねぎ	ぶた肉		たまねぎ
		キャベツ	だいず		キャベツ	とうふ			ワインナー		しめじ・にんにく	ワインナー		しめじ・にんにく
		たまねぎ・ごぼう	みそ		えのきだけ	みそ			ベーコン		もやし	ベーコン		もやし
											きくらげ			きくらげ



遠足

※都合により献立の内容に変更がある場合があります。