

こんだてよてい 4月

正院小学校



月	火	水	木	金
☆こんだては食材の都合などにより、変更になる場合があります。 ☆エネルギー量、たんぱく質量、脂質量、塩分量の順に記載してあります。				5 入字式 ※給食はありません。
8 849kcal 21.5g 20.5g 3.1g ・ビーフカレーライス ・フルーツポンチ ・菊水漬 ・牛乳	9 672kcal 27.2g 22.2g 2.2g ・麦ごはん ・麻婆豆腐 ・バンサンスー ・牛乳	10 680kcal 24.0g 14.4g 3.3g ・キャロットピラフ ・春野菜のおひたし ・チーズのふわふわスープ ・花見団子 ・牛乳	11 660kcal 28.2g 17.4g 2.0g ・麦ごはん ・焼肉サラダ ・五目うどん ・牛乳	12 713kcal 27.6g 23.6g 2.6g ・麦ごはん ・魚のかばやき ・小松菜ともやしの和え物 ・みそ汁 ・牛乳
15 617kcal 25.2g 18.3g 2.3g ・麦ごはん ・豚肉とビーフンのピリ辛炒め ・すまし汁 ・型抜チーズ ・牛乳	16 654kcal 22.2g 20.9g 2.1g ・麦ごはん ・チーズはんぺんフライ ・ブロッコリーのおかか和え ・みそ汁 ・牛乳	17 675kcal 21.3g 21.7g 2.5g ・わかめごはん ・コロッケ ・マカロニサラダ ・すまし汁 ・牛乳	18 634kcal 26.0g 15.8g 2.8g ・麦ごはん ・筑前煮 ・かき玉汁 ・牛乳	19 657kcal 25.9g 18.2g 2.3g ・麦ごはん ・柳川風煮 ・ごま和え ・オレンジ ・牛乳
22 647kcal 22.6g 20.4g 1.9g ・麦ごはん ・揚げぎょうざ ・中華和え ・サンラータン ・牛乳	23 669kcal 29.7g 20.8g 2.6g ・麦ごはん ・カップエッグ ・五目きんぴら ・すり身汁 ・牛乳	24 675kcal 26.4g 22.6g 2.1g ・麦ごはん ・揚げ鶏のレモンソース ・切干大根の和風サラダ ・きのこスープ ・牛乳	25 641kcal 23.0g 18.3g 1.7g ・麦ごはん ・シーチキン入大根なます ・肉じゃが ・牛乳	26 623kcal 21.3g 17.7g 2.8g ・チキンライス ・コールスローサラダ ・大根スープ ・牛乳