



日 (曜)	こんだてめい			体を作るものになる食品(赤)		体の調子をととのえるものになる食品(緑)			エネルギーのもとになる食品(黄)		熱量(kcal) 蛋白質(g) 食塩相当量(g)
				魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海そう	色のこい野菜	その他の野菜・果物	穀類・芋類 砂糖	油脂 種実類		
2月	きのこクリーム スパゲッティ	牛乳	きのこクリームソース やさいのマリネ ぶんだん	とりにく ツナ	牛乳 チーズ	にんじん ブロッコリー	たまねぎ しめじ エリンギ コーン	キャベツ きゅうり セロリー ぶんだん	スパゲッティ	あぶら なまクリーム バター	589 25.8 1.5
3月	行事食 桃の節句 さけちらしずし	牛乳	はんぺんチーズフライ なのはなのごまあえ あさりのすましじる ひなあられ	たまご、はんぺん さけ あさり なると	牛乳 わかめ	にんじん なのはな	たまねぎ しいたけ たけのこ れんこん ねぎ	はくさい もやし だいこん ねぎ	米 むぎ	あぶら ごま	626 21.4 2.8
4月	しょくパン	牛乳	ウインナーとチーズのキッシュ パッチョサラダ グリーンポタージュ いちごジャム	ウインナー たまご	牛乳 とうにゅう チーズ	にんじん ブロッコリー <small>グリーンピース、ほうれんそう</small> パプリカ	たまねぎ キャベツ いちご	パン じゃがいも	あぶら マヨネーズ	628 26 2.8	
5月	ごはん	牛乳	ばさのたつたあげ こぼろサラダ ピリからこしねじる	ばさ ぶたにく、とうふ あぶらあげ みそ	牛乳 ヨーグルト	にんじん ほうれんそう	たまねぎ ごぼう キャベツ コーン	こんにゃく しいたけ ねぎ	米 じゃがいも さとう	あぶら マヨネーズ	627 23.9 1.4
6月	ごはん	牛乳	あつあげのてりマヨやき にくじゃが うちまめじる	あつあげ ぶたにく とうふ、だいず みそ	牛乳	にんじん いんげん こまつな	たまねぎ しらたき しいたけ ねぎ	だいこん	米 じゃがいも さとう さんおんとう	あぶら マヨネーズ	602 23.9 1.8
9月	うどん	牛乳	てづくりかきあげ おひだし けんちんうどんじる	さくらえび かつおぶし とりにく あぶらあげ	牛乳	にんじん ほうれんそう	たまねぎ たけのこ キャベツ もやし	ごぼう だいこん こんにゃく ねぎ	うどん てんぷらこ はくりきこ さといも	あぶら こまあぶら	564 24 2.5
10月	ごはん	牛乳	さわらのさいきょうやき うめかおりあえ とんじる うどのきんぴら	さわら ぶたにく さつまあげ みそ	牛乳	にんじん みずな	たまねぎ だいこん、ねぎ はくさい うめ	うどん ごぼう こんにゃく しめじ	米 さんおんとう	あぶら こまあぶら	585 26.2 2.2
11月	ごはん	牛乳	ポーカカレー まめのサラダ いよかん	ぶたにく ツナ ミックスピース	牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ きゅうり コーン いよかん	りんご	米 じゃがいも さとう	あぶら	659 25.7 2.4
12月	6年1組 リクエスト給食 わかめごはん	牛乳	とりのからあげ やさいのナムル ABCスープ てづくりいちごだいふく	とりにく あさり あずき	牛乳 わかめ	にんじん ほうれんそう パプリカ	たまねぎ もやし キャベツ だいこん	コーン いちご	米 はつがげんまい マカロニ、こめこ さとう	あぶら	680 31.1 2.4
13月	ごはん	ジョア	ハンバーグケチャップソースがけ みずなのサラダ じゃがいものバターに	とりにく ぶたにく	ジョア	にんじん いんげん みずな パプリカ	たまねぎ だいこん キャベツ コーン	米 さとう じゃがいも	あぶら バター	602 23.7 1.9	
16月	ごはん	牛乳	ホイコーロウ ちゅうかサラダ ごもくスープ	ぶたにく とうふ あさり みそ	牛乳 わかめ	にんじん ほうれんそう チンゲンサイ パプリカ	たまねぎ たけのこ キャベツ もやし ねぎ	コーン だいこん ねぎ	米 さんおんとう さとう	あぶら ラーゆ	574 26.8 2.3
17月	行事食 お彼岸 とりごぼろ ごはん	牛乳	てづくりあつやきたまご からしあえ キャベツのみそじる ごまねじ	とりにく たまご みそ	牛乳	にんじん えだまめ ほうれんそう チンゲンサイ	たまねぎ ごぼう はくさい もやし	しいたけ キャベツ	米 はつがげんまい さんおんとう しらたまご	あぶら ごま	596 24 2.2
18月	ココアパン	牛乳	マーマレードチキン コーンサラダ やさいのシチュー	とりにく ウインナー	牛乳	にんじん グリーンピース ブロッコリー パプリカ	たまねぎ だいこん コーン キャベツ	オレンジ レモン	パン じゃがいも さとう	あぶら	626 29.8 2.3
19月	お魚大好き 食育の日 ごはん	牛乳	にしんのしおやき ごもくだいず いなかじる	にしん だいず、とうふ さつまあげ みそ	牛乳 こんぶ	にんじん	たまねぎ れんこん ごぼう しめじ	だいこん はくさい ねぎ	米 さといも さんおんとう	あぶら	611 25.5 2.2
20日	春分の日										
23月	卒業祝い給食 にんじん ピラフ	飲む ヨーグルト	えびフライ はなやさいサラダ とうにゅうスープ いちご(1・5年)★お祝いプリン(6年)	えび たまご ツナ あさり	牛乳 とうにゅう	にんじん グリーンピース パプリカ ブロッコリー	たまねぎ しめじ キャベツ カリフラワー	いちご	米 むぎ、さとう パンこ、ごま こもぎこ、じゃがいも	あぶら バター	596 21 2.8
24日	卒業式										
25月	やきにくどん	牛乳	やきにくどんのぐ れんこんサラダ おふのみそじる	ぶたにく とうふ おふ みそ	牛乳 こんぶ ヨーグルト	にんじん ほうれんそう パプリカ ピーマン	たまねぎ エリンギ れんこん キャベツ	コーン はくさい えのき ねぎ	米 はつがげんまい ごま さとう	あぶら マヨネーズ	571 25.5 2
26月	むぎごはん	牛乳	チキンカレー かいそうサラダ ミニゼリー(2個)	とりにく	牛乳 かいそう	にんじん	たまねぎ キャベツ もやし りんご	ぶどう	米 むぎ さとう	あぶら	618 23.4 2.5

※材料の都合により献立が変更になることがあります。
◆地場産物食材は**太字**、旬の食材は**下線**で示してあります。

学校給食摂取基準 熱量：650kcal 蛋白質：26.0g 脂質：18.0g 食塩相当量：2.0g
今月の平均 熱量：609kcal 蛋白質：25.2g 脂質：17.6g 食塩相当量：2.2g

◎今月分の給食費の引き落としは4月30日(木)です。残高の確認をお願いいたします。

★：業者配送