



# 令和6年4月分 小学校給食献立表



☆毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。

給食回数16回

祖父江町学校給食センター

日曜	こんだてめい	おもにからだをつくるもとになる(あか)				おもにからだのちようしをととのえる(みどり)		おもにエネルギーのもとになる(さいろ)		エネルギー(kcal)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん			
8月	ごはん ぎゅうにゅう	さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん さかな・かいそう	いろいろのこいやさい	そのたのやさい くだもの・きのこ	こめ	じゃがいも	ゆし・しゅじつ	611	
	カレー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ こんにゃく しょうが		ルウ			
	ハムサラダ	ハム		ブロッコリー	キャベツ コーン		しょうゆドレッシング			
	ふくじんづけ				ふくじんづけ					
9火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			678	
	しゅうまい(2こ)	ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ パンこ				
	マーボー豆腐	ぶたにく 豆腐 だいず みそ		にんじん	たまねぎ たけのこ ねぎ しょうが にんにく きゅうり キャベツ もやし	でんぷん さとう	ごまあぶら			
	パンサンスー					はるさめ さとう	ごまあぶら			
10水	せきはん ぎゅうにゅう	あずき	ぎゅうにゅう			こめ		ごま	688	
	とりにくのレモンに(2こ)	とりにく			レモン	でんぷん さとう	あぶら			
	ゆかりあえ			あかしそ	はくさい きゅうり もやし					
	さくらのすましじる	豆腐 かまぼこ	わかめ	にんじん	えのきたけ たけのこ	いちごゼリー				
11木	クロスロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン			624	
	しろみざかなフリッター(2こ)	たら あみ				こむぎこ	あぶら			
	いるどりサラダ			あかピーマン	きゅうり キャベツ レタス コーン		ごまドレッシング			
	コンソメスープ	ウインナー		にんじん さやいんげん	しめじ たまねぎ	じゃがいも				
12金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			644	
	わふうハンバーグ	とりにく			たまねぎ	さとう でんぷん	ラード			
	いなざわキャベツのあえもの			ほうれんそう	キャベツ コーン	さとう				
	みそけんちんじる	あぶらあげ みそ 豆腐		にんじん	だいこん 豆腐 こんにゃく ねぎ	さといも				
15月	わかめごはん ぎゅうにゅう		わかめ ぎゅうにゅう			こめ			611	
	あつやきたまご	たまご				さとう				
	にくじやが	ぶたにく ちくわ		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう				
	おかかあえ	かつおぶし		こまつな	はくさい もやし	さとう				
16火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			587	
	いわしのうめに	いわし		あかしそ		さとう				
	きんぴらごぼう	とりにく はんぺん		にんじん	ごぼう こんにゃく えだまめ たまねぎ はくさい えのきたけ	さとう	ごま ごまあぶら			
	ふたまじる			みつば		たまふ				
17水	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ			697	
	まめまめハヤシライス	ぶたにく だいず ひよこまめ		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも	ルウ			
	ツナサラダ	ツナ		ほうれんそう	キャベツ きゅうり コーン		たまごなしマヨネーズ			
	キャンディチーズ(2こ)			チーズ						
18木	かたロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン			653	
	やきそば	ぶたにく ちくわ かつおぶし		にんじん	キャベツ たまねぎ しょうが	やきそばめん	あぶら			
	ウインナー	ウインナー								
	はるいろゼリーあえ				パイン もも	いちごゼリー メロンゼリー さとう				
19金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			590	
	あつあげのみそかけ	あつあげ みそ				さとう				
	きりぼしだいこんのあますあえ	とりにく		にんじん	きりぼしだいこん きゅうり ごぼう たけのこ だいこん ほししいたけ	さとう				
	さわにわん	ぶたにく		さやえんどう にんじん						
22月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			605	
	ぶたどん	ぶたにく かまぼこ		さやいんげん	たまねぎ こんにゃく ほししいたけ	さとう				
	しろみそじる	豆腐 あぶらあげ みそ	わかめ		だいこん えのきたけ ねぎ	じゃがいも				
	きよみオレンジ				きよみオレンジ					
23火	ちゅうかめん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん			587	
	やさいたっぷりしおラーメン	ぶたにく なると		にんじん チンゲンサイ	はくさい たまねぎ もやし たけのこ にんにく					
	あいちのあげぎょうざ(2こ)	ぶたにく		にんじん	たまねぎ れんこん	こむぎこ でんぷん	あぶら			
	くわわかめとしらすのちゅうかあえ		しらす くわわかめ		キャベツ きゅうり	さとう	ごまあぶら			
24水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			584	
	めばるのてりやき	めばる			しょうが	さとう でんぷん				
	だいずのいそに	だいず はんぺん	ひじき	にんじん さやいんげん	コーン	さとう				
	ちゃんこじる	とりにく		にんじん	こんにゃく はくさい だいこん ねぎ たまねぎ	でんぷん パンこ	ラード			
25木	スライスパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン			737	
	いちごジャム					いちごジャム				
	チキンナゲット(2こ)	とりにく				パンこ こむぎこ	あぶら			
	キャロットサラダ			にんじん	キャベツ	さとう	オリーブあぶら			
26金	はるのかきまわし ぎゅうにゅう	とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	コーン たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	ルウ			
	しろごまつくね(2こ)	とりにく			たけのこ こんにゃく ひきほししいたけ	こめ さとう				
	しんたまねぎのみそじる	豆腐 みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ	パンこ	ごま			
	ももプチゼリー(2こ)				たまねぎ だいこん えのきたけ ねぎ					
30火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			595	
	とりにくのこうみやき	とりにく			にんにく	さとう	ごまあぶら			
	おひたし			ほうれんそう にんじん	もやし	さとう				
	かきたまじる	たまご かまぼこ 豆腐			たまねぎ ほししいたけ ねぎ	でんぷん				