平成28年度

4月　こんだてひょう

太田市立休泊小学校
給食回数　15回

日	曜	こんだて 主食・飲みもの	こんだて おかず	おもな ざいりょうと はたらき 体をつくる(赤) 1群	2群	体の調子をととのえる(緑) 3群	4群	エネルギーのもとになる(黄) 5群	6群	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂肪(g)	いえでたべて ほしいもの
8	金	はちみつパン ぎゅうにゅう	ハンバーグデミグラスソース キャベツスープ さくらゼリー	とりにく ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ　えのきたけ マッシュルーム キャベツ　もやし	パン　マカロニ かたくりこ さとう	あぶら	612 24.8 20.3	 いろのこいやさい
11	月	ごはん ぎゅうにゅう	はるまき もやしのナムル キムチじる	ぶたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん	たまねぎ　キャベツ　だいこん もやし　ねぎ　はくさい しいたけ　にんにく	ごはん はるさめ はるまきのかわ	ごまあぶら ごま あぶら	601 19.5 19.7	 さかな
12	火	ごはん ぎゅうにゅう	さばのみそに じょうしゅうきんぴら かきたまじる	さば　みそ ぶたにく とうふ　たまご	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	ごぼう　こんにゃく しいたけ　たまねぎ えのきたけ	ごはん かたくりこ さとう	ごま ごまあぶら あぶら	622 24.9 20.3	 やさい
13	水	しょくパン いちごジャム ぎゅうにゅう	とりにくのトマトに コーンサラダ	とりにく	ぎゅうにゅう	さやいんげん にんじん トマト	えのきたけ　たまねぎ セロリー　にんにく コーン　きゅうり　キャベツ	パン ジャム マカロニ	あぶら ドレッシング	602.0 27.0 16.3	 いもるい
14	木	わかめごはん ぎゅうにゅう	にくじゃがに ごまみそあえ	1ねんせい きゅうしょくスタート ぶたにく みそ	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	たまねぎ　しらたき しいたけ　えだまめ キャベツ　もやし	ごはん じゃがいも さとう	ごま ごまあぶら あぶら	607 22.6 15.0	 ナッツるい
15	金	まるパン ぎゅうにゅう	やきハム チーズ バナナ　ヨーグルト	たいにんしき　簡易給食です。						653 25.6 18.5	 やさい
18	月	ようふうちらし ぎゅうにゅう	たまごやき はるやさいのみそしる	ウインナー あぶらあげ　みそ たまご　なまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん きぬさや	コーン　キャベツ たまねぎ　たけのこ えのきたけ	ごはん じゃがいも さとう	ごま あぶら	601 23.1 20.7	 かいそう
19	火	ごはん ぎゅうにゅう	ソースカツ きりぼしだいこんに なめこじる	ぶたにく　とりにく あぶらあげ とうふ　みそ	ぎゅうにゅう	にんじん みつば	だいこん　しいたけ なめこ　たまねぎ	ごはん パンこ　さとう じゃがいも	あぶら	656 25.1 16.6	 やさい
20	水	せわりコッペパン ぎゅうにゅう	いかやきそば フルーツヨーグルト	ぶたにく いか	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん にら	キャベツ　もやし もも　みかん パインアップル	パン やきそばめん	あぶら	629 23.1 16.5	 きのこ
21	木	はつがげんまいごはん ぎゅうにゅう	マーボーどうふ だいこんサラダ	ぶたにく とうふ みそ　ツナ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん にら	たまねぎ　ねぎ しょうが　にんにく しいたけ　だいこん　きゅうり	ごはん かたくりこ さとう	あぶら ごまあぶら	654 26.9 20.1	 くだもの
22	金	ココアパン ぎゅうにゅう	ハムサラダ クラムチャウダー	ハム ベーコン あさり	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	キャベツ　きゅうり コーン　えだまめ たまねぎ　マッシュルーム	パン じゃがいも ルウ	ドレッシング あぶら	625 23.4 22.4	 かいそう
25	月	ごはん ぎゅうにゅう	かんこくふうやきにく はるさめスープ	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ　ねぎ しょうが　にんにく もやし　えのきたけ	ごはん はるさめ さとう	ごま あぶら ごまあぶら	602 24.0 20.3	 ナッツるい
26	火	ひじきごはん ぎゅうにゅう	ししゃもフリッター けんちんじる	だいず あぶらあげ とりにく　とうふ	ひじき ぎゅうにゅう ししゃも　あおさ	にんじん	たけのこ　しいたけ だいこん　ねぎ ごぼう　こんにゃく	ごはん　さとう こむぎこ さといも	あぶら	604 22.3 23.5	 いもるい
27	水	チーズパン ぎゅうにゅう	スパゲッティナポリタン ツナサラダ オレンジ	ベーコン ぶたにく ツナ	チーズ ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	たまねぎ　キャベツ マッシュルーム コーン　きゅうり　オレンジ	パン スパゲッティ	あぶら ドレッシング	655 26.7 23.5	 かいそう
28	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ポークカレー じゃこサラダ	ぶたにく	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ	にんじん	たまねぎ　りんご にんにく　キャベツ きゅうり　コーン	ごはん じゃがいも ルウ　さとう	あぶら	630 21.4 17.5	 いろのこいやさい
29	金	しょうわの日									

※野菜類はすべて加熱してあります。　※都合により献立を変更する場合があります。

☆今月の地場産野菜☆
キャベツ（飯塚さん　新井町）、ねぎ（大槻さん　内ヶ島町）

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
平均	624	24.0	19.4
基準	640	13～28	18～22

給食費の口座振替は4月26日（火）です。　前日までに入金をお願いします！

☆給食のおしらせとお願い☆

○給食費
1か月4400円です。1年生は4月のみ2640円で、5月より4400円です。
口座振替は8月を除く毎月26日（金融機関が休日の場合は翌営業日）です。
前日までの入金をお願いいたします。

○給食だより、こんだて表
毎月配布します。家庭内で目につきやすいところにはって、ぜひご家庭での話題にしてください。
都合により、予定にない材料を使用したり、献立が変更になる場合もあります。医療機関で食物アレルギーの診断をうけているなど、ご相談のある保護者の方は、担任までお申し出ください。