

平成26年4月きゅうしょくこんだてひょう

太田市立蕪川小学校

日	曜	こんだて		おもな ざいりょうと はたらき						えいようか エネルギー(Kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)	ひとくち メモ
				あか からだをつくる		みどり からだのちようしをととのえる		きいろ ねつやちからになる			
		主食・飲み物	おかず・そのた	1群	2群	3群	4群	5群	6群		
8	火	ごはん ぎゅうにゅう	とうふのちゅうかに はるさめサラダ ミニゼリー	とうふ ぶたにく うずらたまご	ぎゅうにゅう	にんじん ちんげんさい	ねぎ たまねぎ メンマ きゅうり キャベツ	ごはん さんおんどう でんぷん はるさめ	あぶら らーゆ ごまあぶら	668 25.3 19.0	○入学・進級おめでとうございます。学年があがると給食の量が増えます。残さず食べられるかな？
9	水	しよくパン ぎゅうにゅう	ハンバーグ&トマトソース マカロニスープ キャンディーチーズ	ハンバーグ ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト いんげん	たまねぎ マッシュルーム キャベツ コーン	パン さんおんどう マカロニ じゃがいも	あぶら	621 28.3 22.8	
10	木	ごはん ぎゅうにゅう	さばのみそに きりぼしだいこんのもの かきたまじる	さば あぶらあげ さつまあげ たまご とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	きりぼしだいこん ほししいたけ たまねぎ キャベツ	ごはん さんおんどう でんぷん	あぶら	676 25.3 22.0	
11	金	よこぎりまるパン ぎゅうにゅう	焼きハム スライスチーズ バナナ みかんヨーグルト	焼きハム チーズ ヨーグルト	ぎゅうにゅう	バナナ みかん		パン	600 24.3 18.5		退任式のため簡易給食です
14	月	わかめごはん ぎゅうにゅう	にくじゃが キャベツのそくせきづけ 1年生給食開始	ぶたにく えだまめ こんぶ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しらたき キャベツ きゅうり	ごはん じゃがいも さんおんどう	あぶら	616 22.0 13.3	○14日から1年生の給食がはじまります。マナーをまもって楽しい給食時間にしましょう！
15	火	ごはん ぎゅうにゅう	さわらのてりやき ひじきのもの やさいたっぷりみそしる	さわら あぶらあげ だいや えだまめ とりにく とうふ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん こまつな	たまねぎ だいこん えのき	ごはん さんおんどう じゃがいも	あぶら	649 26.8 19.7	
16	水	こめっこパン ぎゅうにゅう	ブラウンシチュー コーンサラダ りんごジャム	ぶたにく えだまめ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ マッシュルーム キャベツ きゅうり コーン	パン じゃがいも りんごジャム	あぶら ドレッシング	660 25.1 23.9	
17	木	たけのごはん ぎゅうにゅう	ポークしゅうまい キャベツのみそしる	しゅうまい とりにく とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん さやえんどう	たけのこ ほししいたけ キャベツ たまねぎ えのき	ごはん さんおんどう じゃがいも	あぶら	627 22.1 20.2	○17日たけのこが旬の季節になりました。たけのこごはんの登場です！
18	金	コッペパン ぎゅうにゅう	やきそば ヨーグルトあえ こざかなアーモンド	ぶたにく たまご なまあげ	ぎゅうにゅう ヨーグルト こざかな	にんじん ピーマン	キャベツ もやし みかん パイン もも	パン やきそばめん アーモンド	あぶら アーモンド	665 27.7 18.4	
21	月	ごはん ぎゅうにゅう	あつやきたまご かきなのごまあえ いなかじる おかかふりかけ	たまご なまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん いんげん かきな	キャベツ もやし こんにやく だいこん ごぼう	ごはん さんおんどう じゃがいも	あぶら	643 22.6 19.4	
22	火	なめし ぎゅうにゅう	とりにくとだいやのソテー わんたんスープ	とりにく だいや ぶたにく	ぎゅうにゅう	ピーマン にんじん ニラ	たけのこ ほししいたけ もやし キャベツ メンマ	ごはん でんぷん わんたんのかわ さんおんどう	ごまあぶら	623 25.1 16.5	☆地場産野菜紹介 蕪川小の給食では、蕪川地区の農家の方が作ってくれた野菜を使っています。
23	水	アップルパン ぎゅうにゅう	ナポリタンスパゲティー こまつなサラダ いちごゼリー	ベーコン ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン こまつな	たまねぎ マッシュルーム キャベツ レモン	パン スパゲティー さんおんどう	あぶら	653 23.3 18.7	
24	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ポークカレー だいこんサラダ	ぶたにく ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ りんご だいこん きゅうり	ごはん じゃがいも	あぶら	691 20.4 17.7	今月は「ねぎ」と「かき菜」(吉田さん)です。
25	金	はちみつパン ぎゅうにゅう	しろみざかなフライ グリーンサラダ ABCスープ タルトソース	ホキフライ ベーコン うずらたまご	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ キャベツ	パン じゃがいも マカロニ さんおんどう	あぶら タルタルソース マヨネーズ	669 26.3 23.6	
28	月	ごはん ぎゅうにゅう	かんこくふうやきにく わかめスープ オレンジ	ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ちんげんさい	たまねぎ ねぎ コーン ほししいたけ オレンジ	ごはん さんおんどう	ごま ごまあぶら	615 24.7 17.0	新鮮でおいしい野菜なので、感謝して食べましょう!!
30	水	ツイストロール ぎゅうにゅう	にたまご おさかなサラダ しょうゆラーメン	たまご ぶたにく なると	ぎゅうにゅう こざかな わかめ さくらえび	にんじん	キャベツ きゅうり もやし ねぎ メンマ	パン さんおんどう ラーメン	ごま あぶら	657 28.3 24.9	

*都合により献立を変更する場合があります。*野菜類はすべて加熱してあります。*ごはんのお米は太田でとれたゴロピカリを使っています。

☆☆☆☆☆ 4月の給食費の引き落としは4月28日(月)です☆☆☆☆☆