



4月 給食献立表



平成30年

日	曜	主食	献立名	午後のおやつ	赤色の食品	黄色の食品	緑色の食品
					骨・筋肉・血をつくる	カと体温のもと	身体の調子を整える
2	月	ごはん	大根とふのりの味噌汁・中華風卵焼き・野菜のおかか 和え	マカロニあべかわ	豚肉・鶏卵	油	大根・ねぎ・人参・ キャベツ
3	火	ごはん	厚揚げ豆腐と小松菜の味噌汁・鶏肉の乳麩焼き・サラ スパサラダ	クッキー	鶏肉・ハム・豆腐	マヨネーズ	小松菜・きゅうり・ 人参
4	水	ごはん	キャベツと油揚げの味噌汁・肉豆腐・3色ナムル	フライドポテト	豚肉	油・ごま	キャベツ・もやし・ 人参・きゅうり
5	木	ふりかけごはん	豚汁・すき昆布煮	ミルクプリン	豚肉	ごま油・じゃがいも	人参・さやいんげ ん・大根
6	金	ごはん	じゃがいもとわかめの味噌汁・鯖のかば焼き・なめたけ 和え	かぼちゃケーキ	鯖	じゃがいも・油	わかめ・ねぎ・人 参・えのき
7	土	煮込みそうめん	煮込みそうめん・ウィンナーと野菜のカレー炒め・チーズ	お菓子・せんべい	鶏肉・ウィンナー	油・そうめん	キャベツ・人参・椎 茸
9	月	ごはん	豆腐となめこの味噌汁・鶏肉のスタミナ焼き・納豆和え	お菓子・せんべい	豆腐・鶏肉・納豆	油・ごま	なめこ・玉ねぎ・人 参・切り干し大根
10	火	ごはん	かき玉スープ・鱈の味噌マヨ焼き・野菜の磯和え	バナナマフィン	鱈・鶏卵	マヨネーズ	えのき・人参・白 菜・ほうれん草
11	水	ジャムパン	コンソメスープ・チリコンカーン・フレンチサラダ	五平餅風おにぎり	豚肉・ウィンナー	ドレッシング・じゃ がいも	人参・えのき・キャ ベツ・きゅうり
12	木	炊き込みご飯	けんちん汁・ゆで鶏と野菜のごまサラダ	バームクーヘン	豚肉・鶏ささ身	じゃがいも・油	人参・大根・キャ ベツ・もやし
13	金	チキンカレー	チキンカレー・中華和え・フルーツヨーグルト	豆腐パン	鶏肉	じゃがいも	もやし・人参・きゆ うり・セロリ
14	土	スープパゲティ	スープパゲティ・豚肉と野菜の炒め物・チーズ	お菓子・せんべい	豚肉・ベーコン	スパゲティ・油	しめじ・人参・キャ ベツ・もやし
16	月	ごはん	大根と里芋の味噌汁・厚焼き卵・お浸し	きな粉プリン	鶏肉・鶏卵	里芋・油	大根・人参・白菜・ ほうれん草
17	火	ごはん	豆腐と花麩のすまし汁・鯖の味噌煮・和風和え	パナナ餡春巻き	鯖・豆腐	ドレッシング	キャベツ・人参・わ かめ・きゅうり
18	水	ロールパン	オニオンベーコンスープ・えのきバーグ・マカロニサラダ	洋風いそべ焼き	ベーコン・豚肉	マヨネーズ	玉ねぎ・えのき・人 参・きゅうり
19	木	麻婆丼	中華スープ・麻婆豆腐・春雨サラダ	フルーチェ	豚肉・ハム	春雨・ごま油	えのき・人参・もや し・きゅうり
20	金	ごはん	じゃがいもとほうれん草の味噌汁・ふきと豚肉の煮物・ だいこんサラダ	マーブルケーキ	豚肉	じゃがいも	ふき・大根・人参・ ほうれん草
21	土	野菜そうめん	野菜そうめん・チーズポテト焼き	お菓子・せんべい	鶏肉・ウィンナー	そうめん・じゃがい も	人参・さやいんげ ん・椎茸
23	月	ごはん	ごま豆乳味噌汁・鶏肉の卵とじ・さっぱり和え	じゃがいもおやき	鶏肉・鶏卵	ごま	小松菜・人参・さ やいんげん・キャ ベツ
24	火	和風スパゲティ	和風スパゲティ・しらすスープ・野菜のゆかり和え	焼きおにぎり	ベーコン・しらす	スパゲティ・油	しめじ・舞茸・キャ ベツ・人参
25	水	ごはん	かぶと油揚げの味噌汁・筑前煮・じゃこサラダ	誕生日おやつ	鶏肉・しらす	ドレッシング	かぶ・蓮根・人参・ 大根
26	木	ごはん	えのきと麩の味噌汁・鮭の塩焼き・野菜の胡麻和え	お菓子・せんべい	鮭	ごま	えのき・キャベツ・ 人参・ほうれん草
27	金	ポークカレー	ポークカレー・ツナサラダ・フルーツヨーグルト	アベクトースト	豚肉・ツナ	じゃがいも	人参・セロリ・も やし・きゅうり
28	土	きつねうどん	きつねうどん・ジャーマンポテト	お菓子・せんべい	ウィンナー	じゃがいも	人参・さやいんげ ん・しいたけ



※ 毎日フルーツがつきます。
給食内容を変更する場合があります。
どうぞご了承ください。