4月度の献立表

日付	献立	主な材料名
9日(木)	鶏のねぎだれ丼 茹で豚のごまドレ和え　すまし汁	鶏もも肉　玉ねぎ　青ねぎ　土生姜　にんにく　片栗粉　卵　刻みのり　豚肉 キャベツ　(冷)コーン　人参　そうめん　花麩　青ねぎ
10日(金)	豚カツ　白菜とさつま揚げの煮物 胡瓜とわかめのぽん酢和え　味噌汁	豚ロースカツ肉　小麦粉　卵　パン粉　キャベツ　白菜　さつま揚げ　胡瓜 わかめ(国)　人参　おつゆ麩　うす揚げ　青ねぎ
13日(月)	カレーライス　グリーンサラダ	豚肉　玉ねぎ　じゃが芋　人参　バーモントカレールゥ　ジャワカレールゥ インドカレールゥ　キャベツ　胡瓜　パプリカ(赤・黄)
14日(火)	ヤンニョンチキン　バターコーン ひじき豆　味噌汁	鶏もも肉　土生姜　にんにく　片栗粉　白ごま　キャベツ　(冷)コーン　人参　バター ひじき　人参　つきこんにゃく(国)　水煮大豆　大根　おつゆ麩　青ねぎ
15日(水)	豆ごはん　さわらのごま漬け焼き たけのこの土佐煮　小松菜の菜種和え 味噌汁　キムチ	うすいえんどう　骨なしさわら　黒ごま　白ごま　大葉　水煮たけのこ　花かつお 小松菜　卵　うす揚げ　わかめ(国)　人参　キムチ
16日(木)	キムチロールカツ 大根とちくわの味噌煮 もやしのごま和え　すまし汁	豚ロース薄切り　キムチ　小麦粉　卵　パン粉　キャベツ　大根　煮込みちくわ 人参　太もやし　胡瓜　白ごま　豆腐　花麩　青ねぎ
17日(金)	ちゃんぽん麺 大学芋　わかめおにぎり	中華そば　豚肉　煮込みちくわ　キャベツ　玉ねぎ　人参　太もやし　青ねぎ きくらげ　色板かまぼこ　さつま芋　はちみつ　黒ごま　わかめご飯の素
18日(土)	三色丼 じゃこと揚げのサラダ　味噌汁	鶏ももミンチ　玉ねぎ　グリーンアスパラ　卵　土生姜　ちりめんじゃこ　うす揚げ 白菜　胡瓜　人参　花かつお　玉ねぎ　おつゆ麩　青ねぎ
20日(月)	チキンチャップ　高野豆腐の含め煮 春雨の酢の物　味噌汁	鶏もも肉　小麦粉　玉ねぎ　キャベツ　高野豆腐　干ししいたけ　人参　春雨 わかめ(国)　胡瓜　大根　うす揚げ　青ねぎ
21日(火)	プルコギ風　フライビーンズ 白菜の塩吹き昆布和え　すまし汁 キムチ	牛肉　玉ねぎ　にら　太もやし　人参　にんにく　キャベツ　水煮大豆　白ごま　白菜 塩吹き昆布　えのき茸　花麩　青ねぎ　キムチ
22日(水)	ビビンパ　ちくわの磯辺揚げ わかめスープ　キムチ	牛ミンチ　豚ミンチ　水煮ぜんまい　ほうれん草　人参　大根　胡瓜　豆もやし 卵　煮込みちくわ　小麦粉　卵　青のり粉　わかめ(国)　青ねぎ　白ごま　キムチ
23日(木)	白身魚フライ　かぼちゃのそぼろ煮 こんにゃくとれんこんのピリ辛炒め 味噌汁	骨なしたら　小麦粉　卵　パン粉　キャベツ　鶏ももミンチ　かぼちゃ　片栗粉 つきこんにゃく(国)　金平れんこん　人参　豆腐　うす揚げ　青ねぎ
24日(金)	十六穀米 豚肉とキャベツのカレーソテー ポテトチーズ焼き　大根のおかか和え 味噌汁	十六穀米　豚肉　キャベツ　玉ねぎ　人参　ピーマン　にんにく　カレー粉　じゃが芋 玉ねぎ　ミックスチーズ　(乾)粉パセリ　ピザソース　大根　胡瓜　花かつお そうめん　わかめ(国)　青ねぎ
27日(月)	五目うどん　炊き込みご飯	細うどん　鶏もも肉　うす揚げ　水煮たけのこ　わかめ(国)　人参　青ねぎ 出し昆布　ツナフレーク　人参　(冷)ごぼう　えのき茸
28日(火)	キムチチゲ　れんこんはさみフライ	豚肉　白菜　玉ねぎ　にら　大根　えのき茸　豆腐　キムチ　金平れんこん 鶏ももミンチ　玉ねぎ　土生姜　卵　小麦粉　卵　パン粉　白ごま
30日(木)	ダッカルビ　厚揚げの生姜醤油 小松菜のナムル　ミネストローネ	鶏もも肉　玉ねぎ　人参　にら　じゃが芋　キャベツ　にんにく　土生姜　厚揚げ 土生姜　小松菜　(冷)コーン　白ごま　マカロニ　ベーコン　玉ねぎ　人参 トマトピューレ

都合により献立が変更になる場合があります。

こども園

11日(土)	お好み焼き けんちん汁　おにぎり	キャベツ　豚ミンチ　むきえび　青ねぎ　天かす　お好み焼き粉　卵　青のり粉 花かつお　大根　人参　つきこんにゃく(国)　煮込みちくわ　豆腐　青ねぎ　白ごま

こども園

25日(土)	ちくわのポテト詰め揚げ　にら玉炒め もやしの磯和え　味噌汁	ちくわ　じゃが芋　スライスチーズ　小麦粉　卵　パン粉　キャベツ　にら　卵　人参 太もやし　胡瓜　味付のり　玉ねぎ　うす揚げ　青ねぎ

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンA (レチノール活性当量) μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	ナトリウム (食塩相当量) g
学校給食摂取基準 ※	650	22.0 (13～20%)	18.0 (20～30%)	200	3.0	200	0.4	0.4	25	4.5以上	2未満

※小学生(4年生)
一人1回当たり