令和6年度4月

学校給食予定献立表

福生市学校給食センター

| ਾ | <u> ጥዞ</u> የ | - 1 | - 度 4 月 | | | | Т | ᄪᆂᄞ | 学校科技センター |
|--|---|----------------|--|---|--|---|-----------|-----------|--|
| B | 曜 | 牛 | 献立名 | 主な | は材料とその | 働 き | エネ ルギー | たん ぱく質 | 献立メモ |
| | ME | 乳 | N | おもに体をつくるもとになる | おもに体の調子を整える | おもにエネルギーのもとになる | (kcal) | (g) | 飲立とこ |
| 10 | 水 | 0 | はちみつ食パン ビーンズチャウダー ペリペリチキン キャベツとコーンのサラダ | ぎゅうにゅう ベーコン スキムミルク しろいんげんまめ なまクリーム とりにく | たまねぎ えだまめ レモン しょうが にんにく キャベツ にんじん コーン | はちみつパン じゃがいも こめこ あぶら さとう | 824 | 40.0 | 12日(金)花見 お花見は、主に桜の 花を眺めて楽しみ、春 の訪れや豊作祈願を 祝う日本の風習です。 |
| 11 | 木 | 0 | ご飯 じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 鰆のバター醤油焼き 厚揚げのそぼろ煮 | ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ さわら ぶたにく だいず なまあげ | たまねぎ えのきたけ こまつな しょうが グリンピース | こめ あぶら じゃがいも こむぎこ さとう バター でんぷん | 784 | 37.2 | 給食では、お花見にちなんでちらし寿司と、 なんでちらし寿司と、 桜の形のかまぼこが 入ったすまし汁を作り ます。 |
| 12 | 金 | 0 | 5らし寿司 桜のすまし汁 いかの天ぷら ひじきとツナの和え物 | こうやどうふ えび ぎゅうにゅう とうふ かまぽこ わかめ いか ひじき まぐろフレーク | にんじん ほししいたけ えだまめ えのきたけ ながねぎ はくさい こまつな | こめ あぶら さとう こむぎこ ごま ごまあぶら ノンエッグマヨネーズ | 760 | 35.1 | |
| 15 | 月 | 0 | ご飯 チンゲンサイと豆腐の卵スープ さめの酢豚風 清見オレンジ★ | ぎゅうにゅう とうふ だいず たまご もうかざめ | たまねぎ しょうが チンゲンサイ ながねぎ にんじん ピーマン きよみオレンジ | こめ あぶら でんぷん ごまあぶら さとう | 767 | 33.4 | 17日(水) 給食では、月に1回、 花や星の形をしたに |
| 16 | 火 | 0 | ご飯 鶏ごぼう汁 鯖の塩焼き 小松菜とえのきののり和え (刻みのり) | ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ さば のり | しょうが ごぼう にんじん だいこん ほししいたけ こんにゃく ながねぎ はくさい こまつな えのきたけ | こめ あぶら さとう | 773 | 33.1 | んじん(ラッキーにんじん)が入ります。4月はポトフに桜の形をしたにんじんが入っています。探して食べてみて |
| 17 • | 水 | 0 | 胚芽丸パン のごんじんをさが してみてね! パンパーグイタリアンソース フルーツヨーグルト | ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく とうふ たまご チーズ ヨーグルト | にんにく セロリー たまねぎ にんじん キャベツ かぶ トマト パインアップル もも みかん | はいがパン じゃがいも パンこ オリーブあぶら でんぷん さとう | 781 | 34.5 | - <tetha!< td=""></tetha!<> |
| 18 | 木 | 0 | 赤飯 沢煮椀 鶏肉のから揚げ たけのことふきの炒め煮 | あずき ぎゅうにゅう ぶたにく なると とりにく あぶらあげ | きりぼしだいこん にんじん えのきたけ こまつな しょうが こんにゃく たけのこ ふき | こめ もちごめ あぶら ごま でんぷん さとう | 768 | 32.6 | 18日(木)入学・進級祝 い 入学・進級おめでとう ございます。 日本のお祝い事に欠 |
| 19 | 金 | 0 | カレーライス にんじんサラダ お祝いゼリー(さくらのジュレ)★ | ぶたにく ぎゅうにゅう まぐろフレーク | にんにく しょうが たまねぎ にんじん りんご キャベツ きゅうり | こめ むぎ あぶら じゃがいも こむぎこ さとう おいわいゼリー(さくらのジュレ) | 844 | 24.1 | かせない赤飯と、「祝」 の文字が入ったなると が入った沢煮椀を作り ます。 |
| 22 | 月 | 0 | ご飯 肉豆腐 青のり入り卵焼き★ ごま和え | ぎゅうにゅう ぶたにく やきどうふ たまご あおのり | しょうが たまねぎ しらたき ほししいたけ にんじん もやし こまつな | こめ あぶら さとう ごま | 785 | 35.6 | |
| 23 • | 火 | 0 | じゃこ入りわかめご飯 春野菜の豚汁 鯨と高野豆腐の揚げからめ 青梅ゼリー★ | わかめ ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ くじら こうやどうふ | しょうが ごぼう こんにゃく にんじん だいこん はるキャベツ こまつな ながねぎ | こめ あぶら じゃがいも でんぷん さとう あおうめゼリー | 766 | 29.0 | 23日(火) 食育の日(19日) 和歌山県の料理 和歌山県にゆかりの ある鯨と高野豆腐を |
| 24 | 水 | 0 | スパゲッティミートソース ポテトサラダ 美生柑★ | ぶたにくだいず チーズ ぎゅうにゅう | にんにくしょうが セロリー たまねぎ にんじん トマト きゅうり みしょうかん | スパゲッティ オリーブあぶら あぶら さとう じゃがいも ノンエッグマヨネーズ | 771 | 28.5 | 揚げて甘辛いあんに からめました。青梅ゼ リーの梅は和歌山県 産の梅を使用していま |
| 25 | 木 | | たけのごご飯 すまし汁 めばるの甘辛あんかけ 新じゃが芋のうま煮 | あぶらあげ ぎゅうにゅう とうふわかめ めばる ぶたにく さつまあげ | たけのこ みつば しょうが にんじん たまねぎ さやいんげん | こめ あぶら でんぷん さとう じゃがいも | 759 | 35.2 | 和歌山県 |
| 26 | 金 | 0 | ご飯 ワンタンスープ 豚肉の生姜炒め フルーツ杏仁豆腐 | ぎゅうにゅう ぶたにくだいず | しょうが にんじん たけのこ にら ながねぎ たまねぎ きりぼしだいこん レモン パインアップル もも みかん | こめ あぶら ワンタンのかわ ごまあぶら さとう あんにんどうふ | 795 | 33.0 | 25日(木)野遊び 春の陽気もおだやか |
| 30 | 火 | П | チキンライス じゃが芋と小松菜のミルクスープ 白身魚の香草パン粉焼き 海藻サラダ | とりにく のむヨーグルト ベーコン ぎゅうにゅう スキムミルク メルルーサ チーズ かいそうミックス | たまねぎ パセリ にんにく にんじん エリンギ こまつな キャベツ きゅうり | こめ とうにゅうクリームゆ あぶら じゃがいも こめこ オリーブあぶら パンこ さとう | 751 | 32.8 | になり、野山にでかけ たり、ピクニックした り、野遊びを楽しむ季 節ですね。たけのこご |
| 給 貸 回 数 14 回 使った献立で春: | | | | | | | | | 飯や春が旬の野菜を 使った献立で春を感じ |
| | ※ 材料の都合により献立を変更することがあります。 基準栄養量 830 34.2 days | | | | | | | てみてください。 | |
| へ 1/1/1つの中口にの JM/王 と交叉 りることの の J の 5 0 | | | | | 工一小改主 | 550 | ~ | | |

◎給食の実施日は学校によって異なります。 ★:片付けの時にビニール袋を使う料理です。

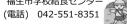
◎給食内容や食物アレルギー等について不明な点がありましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。

◎牛乳欄の「彐」は飲むヨーグルトです。

◆:放送原稿「いただきます」の発行日です。

《問い合わせ先》

福生市学校給食センター





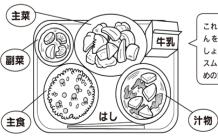
● 給食には、たくさんの学びが詰まっています・・・・



配電心 正しい置き方をしていますか?







これを参考に自分の配ぜ んをチェックしてみま しょう。正しい配ぜんは スムーズに食事をするた めの第一歩です。