





4月の献立表

献立目標『給食に慣れよう』

令和6年度

さがわ学校給食センター（B）

※だしやエキス、食品添加物等の記載はしていません。

日曜	こんだて	きいろのしょくひん ねつやちからになるもの		あかいろのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちようしをとのえるもの	その他の 調味料	【栄養価】 エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)	おしらせ
		炭水化物	脂肪	たんぱく質	無機質	ビタミン			
10 (水)	ごはん	こめ						635 25.4 18.6 1.9	あじフライ を食べよう
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				
	アジフライ	パンこ こむぎこ	あぶら	あじ			塩 こしょう		
	キャベツとたくあんの あえもの		こま			キャベツ たくあん にんじん	塩		
11 (木)	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく とうふ		たまねぎ こんにやく ごぼう にんじん しめじ えのきたけ ねぶかねぎ しょうが	醤油 みりん 酒	694 22.6 24.2 1.7	カレーでこ ごはんをもち り食べよう 
	むぎごはん	こめ おおむぎ							
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				
	うすらたまごのくしフライ	パンこ こむぎこ もちこ	あぶら ラード	うすらたまご だいたす たまご			塩		
12 (金)	パインサラダ	さとう	あぶら			キャベツ パイン缶 きゅうり レモン	塩 こしょう	715 25.5 28.4 2.5	香野菜を味 わおう 
	ポークカレー	じゃがいも さとう	あぶら	ぶたにく		たまねぎ にんじん グリーンピース にんにく しょうが	カレー粉 ケチャップ ソース ワイン カレー粉 塩 こしょう		
	バターロールパン	こむぎこ さとう	あぶら		だっしふん にゅう		塩		
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				
15 (月)	ミートボールの ケチャップソースあえ 【2個】	パンこ でんぷん こむぎこ さとう		ぶたにく とりにく		たまねぎ しょうが	ケチャップ ソース ワイン 醤油 塩 こしょう	613 21.3 20.7 2.0	日本の郷土 料理「滋賀 県」
	フルーツカクテル			ゼリー (とうにゅう)		ゼリー(ぶどう もも りんご) みかん缶 もも缶 パイン缶			
	はるやさいのようふうに	じゃがいも	あぶら	とりにく ウインナー		たまねぎ キャベツ にんじん ブロッコリー	醤油 ワイン 塩 0-ル こしょう		
	むぎごはん	こめ おおむぎ							
16 (火)	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			627 24.3 22.4 2.0	食べる姿勢 を意識しよ う(食育の 日)
	おうみぎゅうコロッケ	じゃがいも パンこ さとう こめこ こむぎこ	あぶら	ぎゅうにく		たまねぎ	醤油 塩 香辛料		
	きんぴらごぼう	さとう	あぶら	ぶたにく		ごぼう こんにやく にんじん さやいんげん	醤油 酒 みりん 唐辛子		
	たけのこのみそしる			とうふ みそ あぶらあげ	わかめ	たけのこ にんじん えのきたけ			
17 (水)	ごはん	こめ						610 29.2 19.8 2.2	めんを上手 に食べよう
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				
	さばのみそに	さとう でんぷん		さば みそ					
	ほうれんそうのごまあえ	さとう	こま			ほうれんそう キャベツ コーン	醤油		
18 (木)	かきたまじる	でんぷん		とうふ たまご		たまねぎ にんじん はねぎ しいたけ	醤油 塩	617 23.3 18.9 2.2	豚肉を食 べよう
	ちゅうかめん	こむぎこ							
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				
	ユーリンチー	でんぷん さとう	あぶら	とりにく		ねぶかねぎ しょうが にんにく	醤油 酢 酒 みりん 塩 唐辛子		
19 (金)	あおのりポテト	じゃがいも			あおのり		塩 こしょう	663 30.4 24.3 2.9	豆を食べ よう 
	ごもくあんかけ ラーメンスープ	でんぷん さとう	あぶら	ぶたにく うすらたまご		キャベツ たまねぎ にんじん にら しいたけ しょうが	醤油 酒 オリーブオイル 塩 こしょう		
	ごはん	こめ							
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				
18 (木)	チキンナゲット	こむぎこ とうもろ こしこ でんぷん パンこ さとう	あぶら	とりにく だいたす			ケチャップ ソース ワイン 塩 香辛料	617 23.3 18.9 2.2	豚肉を食 べよう
	マカロニサラダ	マカロニ さとう				きゅうり コーン にんじん	ソイグ マネー (大豆) 酢 塩 こしょう		
	とんじる			とうふ ぶたにく みそ		だいこん にんじん ごぼう こんにやく しめじ はねぎ			
	コッペパン	こむぎこ さとう	あぶら		だっしふん にゅう		塩		
19 (金)	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			663 30.4 24.3 2.9	豆を食べ よう 
	たらのレモンふうみあげ	でんぷん さとう	あぶら	たら		レモン	醤油		
	コーンサラダ	さとう	あぶら			キャベツ きゅうり コーン	酢 塩 こしょう		
	ポークビーンズ	じゃがいも さとう	あぶら	だいたす ぶたにく	チーズ	たまねぎ トマト にんじん セロリー パセリ	ケチャップ ハヤシ (小麦・ 大豆) ワイン 塩 こしょう		

※だしやエキス、食品添加物等の記載はしていません。

日曜	こんだて	きいろのしょくひん ねつやちからになるもの		あかいろのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちようしをととのえるもの		その他の 調味料	【栄養価】 エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 水分(g)	おしらせ
		炭水化物	脂肪	たんぱく質	無機質	ビタミン				
22 (月)	むぎごはん	こめ	おおむぎ						616 21.7 17.6 2.2	旬のだけのことあらめを食べよう
	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう				
	やさしいりかつやきたまご	さとう	でんぷん	あぶら	たまご		にんじん ほうれんそう しいたけ	酢 みりん 醤油 塩		
	たけのことあらめのにも	さとう		あぶら	とりにく ちくわ	あらめ	たけのこ にんじん さやいんげん	醤油 酒 みりん		
	じゃがいもと たまねぎのみそしる	じゃがいも			みそ あぶらあげ		たまねぎ こまつな ねぶかねぎ			
さくらゼリー	さとう					さくらんぼ レモン				
23 (火)	ごはん	こめ							597 22.7 17.8 1.8	世界の料理 「中国」 
	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう				
	しゅうまい 【幼1個 小2個】	こむぎこ さとう	でんぷん	あぶら	ぶたにく だいす		たまねぎ しょうが	醤油 塩 香辛料		
	もやしときゅうりの ちゅうかあえ	さとう		あぶら			もやし きゅうり にんじん	醤油 う油		
	マーボー豆腐	さとう	でんぷん	あぶら	とうふ ぶたにく だいす	みそ	にんじん たけのこ ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく	トマト 醤油 唐辛子		
24 (水)	ごはん	こめ							602 20.3 17.1 2.2	ごぼうを食 べよう
	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう				
	ハンバーグの オニオンソースかけ	さとう	でんぷん		とりにく だいす ぶたにく		たまねぎ にんにく トマト しょうが	醤油 酒 みりん 塩 香辛料		
	ごぼうサラダ	さとう		ごま			ごぼう きゅうり にんじん	ごまドレッシング (大豆) 醤油 酒 みりん		
	たまごいりコーンスープ	でんぷん			たまご		コーン たまねぎ にんじん ほうれんそう	塩		
25 (木)	ごはん	こめ							604 26.1 18.3 2.3	鉄分の多い レバーを食 べよう
	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう				
	とりにくとレバーの あまからあえ	でんぷん	さとう	あぶら	とりにく とりレバー		ねぶかねぎ しょうが	醤油 みりん 酒 香辛料		
	ナムル	さとう		あぶら			ほうれんそう もやし にんじん にんにく	醤油 トマト		
	ワンタンスープ	ワンタン			つくね(鶏肉)		キャベツ チンゲンサイ にんじん えのきたけ はねぎ	醤油 塩 こしょう		
26 (金)	こくとういりコッペパン	こむぎこ さとう	こくとう	あぶら		だっしふん にゅう		塩	681 29.6 25.6 3.3	香キャベツ を食べよう 
	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう				
	ツナオムレツ	さとう	こむぎ	あぶら	たまご	ツナ		酢 塩		
	カレースパゲティソテー	スパゲティ		あぶら	ベーコン		たまねぎ しめじ ピーマン にんにく	ソース 塩 カレー粉 こしょう		
	キャベツのクリームに	いんげんまめ		あぶら	とりにく		ぎゅうにゅう クリーム	たまねぎ キャベツ コーン にんじん チンゲンサイ		
30 (火)	せきはん	もちこめ あずき	こめ						693 27.0 23.4 2.2	入学・進級 お祝い献立
	ごましお	でんぷん		ごま				塩		
	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう				
	とりにくのからあげ	でんぷん		あぶら	とりにく		しょうが にんにく	醤油 酒		
	いそかあえ	さとう				のり	キャベツ ほうれんそう にんじん	醤油		
	とうふのみそしる				とうふ みそ あぶらあげ	わかめ	たまねぎ はねぎ			
	おいわいクレープ	さとう	こめこ	あぶら	とうにゅう だいす		いちご			

※給食ではアレルギー表示義務 推奨28品目のうち、「そば」「いくら」「あわび」「まつたけ」は使用しません。
 ※毎月19日は食育の日です。日本の優れた伝統的な食文化について理解を深めるために、毎月19日前後に和食の献立を取り入れます。
 ※都合により献立を変更することがあります。

☆☆4月分給食費振替日は4月30日(火)です。☆☆

入学・進級おめでとう



いよいよ新しい学年がスタートします。学校給食は、子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、さまざまなことを学ぶ教材となるものです。「今日の給食どうだった？」と、ご家庭でぜひ話題にいただくと嬉しいです。子どもたちから「おいしい給食だったよ！」と、毎日の会話がはずむように、地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、衛生や安全に配慮しながら、心を込めて給食づくりに努めていきますので、よろしくお願いします。