

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（A）

※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) 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						599 20.3 17.1 2.2	ごはんを食 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 だいず 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		
11 (木)	こくとういりコッペパン	こむぎこ こくとう さとう	あぶら		だっしふん にゅう		塩	681 29.6 25.6 3.3	春キャベツ 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 ビーマン 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	粉砕小麦・ 豚肉 塩 こしょう		
12 (金)	むぎごはん	こめ おおむぎ						617 21.3 21.1 2.0	日本の郷土 料理「滋賀 県」
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				
	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 こんにゃく 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			
15 (月)	ごはん	こめ						624 24.3 22.4 2.0	食べる姿勢 を意識しよ う(食育の 日)
	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	ごま			ほうれんそう キャベツ コーン	醤油		
	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		
16 (火)	せきはん	もちごめ こめ あずき						691 26.8 23.0 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 えのきたけ 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 だいず		いちご			
17 (水)	むぎごはん	こめ おおむぎ						593 22.2 18.7 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【2個】	こむぎこ でんぷん さとう	あぶら	ぶたにく だい ず		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 ラー油		
マーボーとうふ	さとう でんぷん	あぶら	とうふ ぶたにく だいず 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	ラー油 醤油 唐辛子			
18 (木)	コッペパン	こむぎこ さとう	あぶら		だっしふん にゅう		塩	670 30.5 24.8 3.1	豆を食べよ う
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				
	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	だいず 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	グチャップ ハッパ リ(小麦・大豆) ワイン 塩 こしょう		
19 (金)	ごはん	こめ						617 23.3 18.9 2.2	豚肉を食 べよう
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				
	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 だいず			グチャップ ソース ワイン 塩 香辛料		
	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	カレック マヨネーズ (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 こんにゃく しめじ はねぎ			

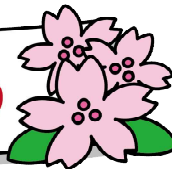
※だしやエキス、食品添加物等の記載はしていません。

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 体のちょ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)	ごはん	こめ							632 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 あえもの		こま			キャベツ たくあん にんじん	塩			
すきやきに	さとう	あぶら	ぶたにく とうふ			たまねぎ こんにゃく 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			
23 (火)	ちゅうかめん	こむぎこ							619 29.7 20.5 2.2	めんを上手 に食べよう
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう					
	ユーリンチー	てんぷん 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			
	あおのりポテト	じゃがいも				あおのり	塩 こしょう			
ごもくあんかけ ラーメンスープ	てんぷん さとう	あぶら	ぶたにく うずらたまご			キャベツ たまねぎ にんじん にら ししいだけ しょうが	醤油 酒 オリーブオイル 塩 こしょう			
24 (水)	むぎごはん	こめ おおむぎ							706 22.7 24.6 1.9	カレーでこ ほんをもち り食べよう
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう					
	うず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	うずらたまご だいたい たまご				塩		
	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			
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			
25 (木)	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	715 25.5 28.4 2.5	香野菜を味 わおう
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう					
	ミートボールの ケチャップソースあえ 【2個】	パンこ てんぷん 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		
	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 ワインナー			たまねぎ キャベツ にんじん ブロッコリー	醤油 ワイン 塩 カレー粉 こしょう			
26 (金)	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	てんぷん 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 酢			
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			
30 (火)	むぎごはん	こめ おおむぎ							615 21.5 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					
	やさしいりあつやきたまご	さとう てんぷん	あぶら	たまご		にんじん ほうれんそう しいだけ	酢 みりん 醤油 塩			
	たけのことあらめの にもの	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					

※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させていただけると嬉しいです。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、よろしくお祈りします。