



給食献立表 4月



坂町立横浜小学校

日	曜	献立名	赤 血や骨・肉になる食品	緑 体の調子を整える食品	黄 カや体温になる食品	エネルギー(kcal) ・たんぱく質(g) ・脂質(g)	日	曜	献立名	赤 血や骨・肉になる食品	緑 体の調子を整える食品	黄 カや体温になる食品	エネルギー(kcal) ・たんぱく質(g) ・脂質(g)
7	月	 給食はお休みです 					18	金	ごはん 牛乳 海軍さんの肉じゃが 小松菜ともやしのツナ和え	食育の日 牛乳 牛肉 さつま揚げ ツナ	たまねぎ さやいんげん 小松菜 もやし にんじん	米 じゃがいも しらたき 油 さとう 白ごま	596kcal 23.7g 16.7g
8	火	 給食はお休みです 					21	月	ごはん 牛乳 豚肉とチンゲンサイの炒め物 もずくとえのきたけのスープ	牛乳 豚肉 もずく	チンゲンサイ たまねぎ にんじん たけのこ キャベツ にんにく えのきたけ 葉ねぎ	米 油 さとう 春雨 白ごま ごま油	526kcal 17.8g 14.0g
9	水	リッチパン 牛乳 ミートマカロニグラタン コンソメスープ	牛乳 豚肉 牛肉 チーズ ベーコン	にんにく たまねぎ マッシュルーム缶 枝豆 トマト缶 にんじん キャベツ パセリ缶	リッチパン バター マカロニ じゃがいも	563kcal 23.8g 22.3g	22	火	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ビーフンの炒め物	牛乳 豆腐 豚肉 赤みそ	たまねぎ にんじん たけのこ 干し椎茸 にら にんにく しょうが もやし 葉ねぎ	米 さとう ごま油 かたくり粉 ビーフン 油	636kcal 28.0g 20.1g
10	木	ごはん 牛乳 さわらの磯辺揚げ かおり和え かきたま汁	牛乳 さわら 青のり粉 豆腐 鶏卵 わかめ	キャベツ にんじん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 小麦粉 油 かたくり粉	630kcal 27.7g 21.1g	23	水	ツイストパン 牛乳 じゃがいものインド風煮 ツナコーンサラダ	牛乳 豚肉 大豆 ツナ ちりめん	たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが にんにく きゅうり 小松菜 キャベツ とうもろこし	ツイストパン じゃがいも 油 さとう	656kcal 27.5g 27.4g
11	金	ごはん 牛乳 豚肉と野菜のうま煮 ひじきと小松菜のごま和え	牛乳 豚肉 生揚げ ひじき ツナ	大根 たけのこ にんじん さやいんげん 小松菜	米 じゃがいも しらたき さとう 白ごま	614kcal 20.9g 21.5g	24	木	ごはん 牛乳 さばの照り焼き 春野菜たっぷり豚汁	牛乳 さば 豚肉 生揚げ みそ	しょうが ごぼう にんじん キャベツ 葉ねぎ	米 さとう かたくり粉 じゃがいも	583kcal 27.9g 18.0g
14	月	ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ 添え野菜 豆腐とわかめのみそ汁 お祝いデザート	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ わかめ みそ 白みそ 入学祝いメニュー	キャベツ にんじん たまねぎ 大根 葉ねぎ	米 かたくり粉 米粉 油 じゃがいも お祝いデザート	662kcal 28.0g 21.9g	25	金	小型パインパン 牛乳 山菜うどん かぼちゃのコロッケ ゆかり和え	牛乳 鶏肉 油揚げ かまぼこ	わらび たけのこ えのきたけ 干し椎茸 たまねぎ にんじん 葉ねぎ かぼちゃ キャベツ	パインパン うどん パン粉 小麦粉 じゃがいも 油	650kcal 25.6g 22.6g
15	火	ごはん 牛乳 ポークカレーライス 春キャベツのフレンチサラダ	牛乳 豚肉 チーズ チキンハム	たまねぎ にんじん グリーンピース にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし	米 じゃがいも 油 カレールー さとう	639kcal 21.6g 21.5g	28	月	ごはん 牛乳 厚揚げのすき焼き風煮 菜の花のごま和え	牛乳 牛肉 生揚げ うずら卵缶 ささみフレーク	たまねぎ にんじん 干し椎茸 葉ねぎ 菜の花 キャベツ とうもろこし	米 しらたき さとう 油 白ごま	626kcal 27.6g 20.7g
16	水	小型バターパン 乳酸菌飲料 スパゲティミートソース フルーツ白玉	乳酸菌飲料 豚肉 牛肉	にんじん たまねぎ マッシュルーム缶 グリーンピース にんにく パイン缶 もも缶 みかん缶	バターパン スパゲティ さとう デミグラスソース 春夏秋冬団子	554kcal 19.0g 11.9g	30	水	黒糖パン 牛乳 チキンビーンズ ひじきのサラダ	牛乳 鶏肉 大豆 ひじき ツナ	にんにく たまねぎ にんじん さやいんげん きゅうり とうもろこし	黒糖パン 油 じゃがいも さとう 白ごま ごま油	588kcal 25.6g 19.3g
17	木	ごはん 牛乳 魚のバーベキューソースかけ ワンタンスープ	牛乳 ホキ 茎わかめ	すりおろしりんご にんにく しょうが さやいんげん にんじん たまねぎ 葉ねぎ	米 かたくり粉 油 さとう 白ごま ワンタン ごま油	591kcal 23.6g 16.7g							

* 物資の都合により献立を変更することがあります。
* 1年生は14日(月)から給食が始まります。



こんにちは！ 給食センターです！
新年度がスタートしました。所長1名・栄養教諭1名・調理員9名・事務補助員1名・
運転手1名の合計13名のスタッフで、給食のお世話をさせていただきます。
どうぞよろしくお願いいたします。

