

平成30年度

4月

学校給食献立予定表

深谷市立深谷小学校

日	曜	こんだてめい			しょくひんのしゅるい			エネルギー タンパク質
		しゅしゅく 主食	牛乳	おかず	(赤) おもにからだを つくる	(緑) おもにからだのちょうしを ととのえる	(黄) おもに エネルギーになる	
11	水	ごはん 		タラのめんたいマヨやき きりぼしだいこんのいりに やさいわん	牛乳 タラ めんたいこ あさり ちくわ みそ あぶらあげ なまあげ	パセリ きりぼしだいこん にんじん さやいんげん ごぼう だいこん ねぎ こまつな こんにゃく	こめ さとう ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	592 27.1
12	木	ビビンバ 		えびしゅうまい わかめスープ	牛乳 ぶたにく たまご みそ えび わかめ ベーコン うずらたまご	にんにく しょうが もやし ほうれんそう こまつな たまねぎ にんじん	こめ さとう ごま こめあぶら ごまあぶら しゅうまいのかわ	636 28.3
13	金	カレーうどん 		だいずとポテトのあげに ツナとひじきのサラダ	牛乳 とりにく だいず ツナ ひじき	にんじん たまねぎ ねぎ こまつな パセリ キャベツ きゅうり	じごなうどん さとう かたくりこ こめあぶら フライドポテト	666 23.8
16	月	かしわめし 		あつやきたまご やさいのゴママヨあえ だいこんのみそしる	牛乳 とりにく みそ たまご なまあげ かまぼこ わかめ あぶらあげ	ごぼう にんじん ほししいたけ ほうれんそう ブロッコリー だいこん ねぎ	こめ こめあぶら さとう ごま ノンエッグマヨネーズ	607 25.9
17	火	ココアあげパン 		ガタタン ハムとダイコンのサラダ	牛乳 なんと ちくわ あさり いか たまご ハム	にんじん キャベツ ほししいたけ たけのこ ねぎ だいこん きゅうり レモンかじゅう	コッパパン かたくりこ さとう ココア こめあぶら しらたまだんご	684 23.4
18	水	ごはん 1年生スタート		ハンバーグ キャベツのペペロンチーノいため かきたまじる	牛乳 ハンバーグ ベーコン たまご なんと	セロリ たまねぎ えのきたけ にんにく キャベツ とうもろこし こまつな	こめ オリーブオイル さとう かたくりこ	604 23.1
19	木	ハヤシライス 		ハートのオムレツ チーズサラダ	牛乳 ぶたにく たまご チーズ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ きゅうり レモンかじゅう	こめ こめあぶら じゃがいも さとう	677 22.5
20	金	しょうゆラーメン 		マーラーカオ ちゅうかサラダ	牛乳 たまご なんと ハム	しょうが にんにく にんじん もやし きくらげ ねぎ チンゲンサイ きゅうり キャベツ	ちゅうかめん ホットケーキミックス こめあぶら くらさとう はるさめ ごまあぶら さとう	647 22.3
23	月	かつどん 		いそのかあえ なめこじる	牛乳 とりにく とうふ のり かつおぶし ちりめんじゃこ みそ	ほうれんそう もやし キャベツ にんじん なめこ ねぎ だいこん こまつな	こめ こむぎこ パンこ こめあぶら さとう	638 29.2
24	火	フラワーロールパン 		チキンこうみやき グリーンサラダ クラムチャウダー	牛乳 とりにく チーズ ベーコン あさり	にんにく パセリ ブロッコリー キャベツ きゅうり レモンかじゅう たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし	フラワーロールパン じゃがいも オリーブオイル パンこ こめあぶら さとう	612 30.5
25	水	たけのこごはん 2年生がたけのこの かわむきをします		シシャモフライとゆでキャベツ すましじる フルーツヨーグルト	牛乳 シシャモ とりにく あぶらあげ ヨーグルト わかめ あさり とうふ	たけのこ にんじん キャベツ こまつな ねぎ さやいんげん	こめ こめあぶら さとう こむぎこ パンこ	611 23.5
26	木	わかめごはん 		とりにくとレバーのオレンジソース だいこんとじゃこのサラダ じゃがいものみそしる	牛乳 とりにく みそ レバー ちりめんじゃこ あぶらあげ わかめ	みかんかじゅう きゅうり だいこん にんじん たまねぎ	こめ じゃがいも かたくりこ こめあぶら さとう	635 27.8
27	金	にくうどん 		ちくわのいそべあげ こまつなとじゃこのいりに	牛乳 ぶたにく ちりめんじゃこ なんと あぶらあげ たまご ちくわ あおのり	しょうが にんじん ねぎ こまつな キャベツ とうもろこし こまつな たまねぎ	じごなうどん さとう こむぎこ こめあぶら	630 27.4

※ 材料入荷の都合により、多少献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

給食回数・・・13回



4月の献立より

たけのこは、食物
せんいが多く、お
なかの調子をよく
してくれます。

25日たけのこごはん献立



24日、2年生がたけのこの皮むきをします。2年生
がむいてくれたたけのこは、その日のうちに調理員さん
がゆでてあくぬきします。25日においしいたけのこご
はんになって、給食に登場します。

元気いっぱいの1年生をむかえ、新年度が始まりました。
心もからだも大きく成長するためには、健康が第一です。
健康を保つために重要なのは食です。私たちの体は、毎
日食べているものでできています。

学校給食では、毎日の給食が生きた教材となるような献
立作成を行っています。給食を通じて成長期の子ももち
が、食べることを大切にできるようになり、正しい食習慣
が身につくよう食育を進めていきたいと思ひます。

