

4月分予定献立表

～「予定献立表」の見方～



太字・下線入りが献立名、その下は使っている食品名です。

ご飯は、和歌山市にあるライスセンターから配達していただいています。学級ごとに米飯容器に入ります。

パンは、岩出市内にあるマルトパン舗から朝焼きのパンを配達していただいています。

1食当たりのカロリーを表示しています。



10

○牛乳

□パン

ABCマカロニスープ

- ペーコン ☆にんじん
- マカロニ ☆だいこん
- じゃがいも ☆ほうれんそう
- ☆キャベツ ☆コンソメ
- ☆たまねぎ ☆こしょう

○※チキンカツ

手洗いを忘れずに!

628kcal

おはしは、毎日持って来て下さい。スプーンマークのある日は、スプーンがつきます。

牛乳は、成分無調整のもので、容量は200mlです。発酵乳(ジョア)がつくこともあります。

変わりご飯や、個数付けている加工食品には※マークをつけています。※マークをつけている加工品について、原材料名をお知りになりたい場合は、各学校へお問い合わせください。

金

10

○牛乳

□パン

ABCマカロニスープ

- ペーコン ☆にんじん
- マカロニ ☆だいこん
- じゃがいも ☆ほうれんそう
- ☆キャベツ ☆コンソメ
- ☆たまねぎ ☆こしょう

○※チキンカツ

手洗いを忘れずに!

628kcal

月	火	水	木	金
13	14	15	16	17
○牛乳	○牛乳	○※ジョア(いちご)	○牛乳	○牛乳
□ごはん	□パン	□ごはん	カレーライス	□パン
ユイミータン	おおむぎミネストローネ	ようふうにくじゃが	○ごはん ☆たまねぎ ○とりにく ☆にんじん ○じゃがいも カレールフ	ポトフ
○とりにく ☆ほうれんそう ○とうふ ☆しょうが ☆たまねぎ □かたくりこ ☆にんじん ちゅうかだし ☆キャベツ さけ ☆とうもろこし こしょう	○ペーコン ☆フロッキー ○おむぎ ☆トマト ○じゃがいも ☆にんにく ☆たまねぎ □オリーブゆ ☆にんじん トマトピューレー ☆はくさい コンソメ ☆しめじ こしょう	○ぶたにく ☆えのきたけ ○ペーコン ☆いんげん ○じゃがいも □さとう ☆たまねぎ しょうゆ ☆にんじん コンソメ ☆はくさい こしょう	○ごはん ☆たまねぎ ○とりにく ☆にんじん ○じゃがいも カレールフ	○ペーコン ☆だいこん ○とりにく ☆キャベツ ○じゃがいも ☆フロッキー ☆たまねぎ ☆コンソメ ☆にんじん こしょう
とりにくのみそマヨやき	※ミートボールのバーベキューソース(2こ)	○※いわしのうめ	○ハム ☆とうもろこし ☆キャベツ □コールスロドレッシング ☆きゅうり	タラのプロバンスふう
○とりにく □たまごなしマヨネーズ ○みそ さけ ○さとう こしょう	○※にくだんご ☆レモン ☆りんご □さとう ☆にんにく しょうゆ	ほねごとたべられます。	1ねんせいのきゅうりしょうががスタートします。	○タラ □かたくりこ ☆トマト □さとう ☆たまねぎ ケチャップ ☆にんにく しお ☆パジル こしょう □オリーブゆ
650kcal	609kcal	629kcal	615kcal	621kcal
20	21	22	23	24
○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○※ジョア(ブルーベリー)
ちゅうかどん	□パン	□ごはん	きつねどん	□パン
○ごはん ☆しょうが ○ぶたにく ☆しいたけ ○いか □こまあぶら ○あつあげ □かたくりこ ☆はくさい しょうゆ ☆たまねぎ ちゅうかだし ☆にんじん こしょう ☆いんげん	ペンネのポロネーゼ	○※あじつかり	○ごはん ☆しいたけ ○とりにく ☆しょうが ○えだまめ □さとう ○あぶらあげ しょうゆ ☆にんじん みりん ☆たまねぎ さけ ☆だけのこ だしパック	はるキャベツのスープ
○※しゅうまい(2こ)	ひじきサラダ	いわでしもしりしる	○ちりめんじゃこ □こま ☆ほうれんそう □さとう ☆もやし しょうゆ ☆にんじん	とりにくのマスタードやき
ぎゅうにゅうをのんでカルシウムちよきん!	○ひじき ☆にんじん ○とりにく ☆とうもろこし ☆キャベツ □こまドレッシング	○あかうお □さとう ☆くろあびたけ しょうゆ ☆たまねぎ さけ ☆しょうが ☆みりん ○かたくりこ ☆まりひめ(1こ)	○ほうれんそうのごまじゃこあえ	○とりにく しょうゆ □たまごなしマヨネーズ コンソメ マスタード
715kcal	578kcal	631kcal	589kcal	606kcal
○※ジョア	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳
□ごはん	□パン	しゅうわ ひ 昭和の日	カラフルそぼろどん	カラフルそぼろどん
ぶたにくとたけのこのみそしる	はるやさいのクリームシチュー		○ごはん ☆とうもろこし ○とりにく ☆しょうが ○だいすにく □こめあぶら ☆だけのこ □さとう ☆にんじん しょうゆ ☆たまねぎ さけ ☆いんげん みりん ☆えのきたけ	○ごはん ☆とうもろこし ○とりにく ☆しょうが ○だいすにく □こめあぶら ☆だけのこ □さとう ☆にんじん しょうゆ ☆たまねぎ さけ ☆いんげん みりん ☆えのきたけ
うめずからあげ(2こ)	かいそうサラダ		もやしとおおなのナムル	もやしとおおなのナムル
○とりにく しょうゆ □かたくりこ さけ うめず	○かいそうミックス ☆とうもろこし ☆きゅうり しぞドレッシング ☆だいこん		☆もやし □こめあぶら ☆こまつな □さとう ☆にんじん しょうゆ ☆にんにく トウバンジャン □ごま しお □ごまあぶら	☆もやし □こめあぶら ☆こまつな □さとう ☆にんじん しょうゆ ☆にんにく トウバンジャン □ごま しお □ごまあぶら
590kcal	559kcal		585kcal	

食物アレルギーのため、詳しい内容が必要な場合は、『アレルギー表』で確認してください。

給食センター・パン工場・米飯工場では、コンタミネーションの可能性がります。ご了承ください。

給食で、初めて食べる食材があるなど、気になることがある場合、また、食材が原因によるアレルギー症状や嘔吐などがある場合は、事前に学校へお知らせください。



4月使用予定の 市内産・県内産野菜と果物

黒あわびたけ、玉ねぎ、ねぎ、キャベツ、小松菜、きゅうり、まりひめ



岩出市の食材が使われている日は、**そうへいちゃん**のイラストをのせ、食材名を太字にしています。

そがしてみてね!



給食では、市内産、県内産のものも多く使用することで地産地消を進めています。

□・・・き(なつやちからのもとになる) ○・・・あか(ち、にく、ほねをつくる) ☆・・・みどり(からだのちょうしをととのえる)
* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。