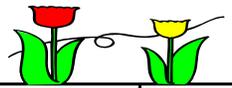


平成31年度須賀川市立第三小学校給食予定献立表<<4月>>



日 曜	献立名	色			調味料・その他	栄養価
		赤 主に体の組織のもとになる	黄 主に熱や力のもとになる	緑 主に体の調子を整える		
9 火	背割れコッペパン・ツナサラダ ミネストローネスープ コーヒー牛乳のもと	牛乳・まぐろフレーク ベーコン	背割れコッペパン じゃがいも・油 コーヒー牛乳のもと	たまねぎ・きゅうり・セロリ キャベツ・にんじん・パセリ にんにく・チンゲンサイ トマト缶	マヨネーズ・塩 こしょう・コンソメ	エネルギーたんぱく質 62.2 Kcal 21.0 g 脂質 22.3 g 塩分 2.3 g
10 水	麦ごはん・マーボー豆腐 春雨サラダ	牛乳・豚ひき肉 とうふ・みそ 錦糸卵・ロースハム	麦ごはん・油・砂糖 でん粉・ごま・春雨 ごま油	にんじん・干しいたけ・にら しょうが・にんにく・ねぎ きゅうり・キャベツ	みりん・しょうゆ 豆板醤・酢	エネルギーたんぱく質 67.2 Kcal 26.8 g 脂質 22.2 g 塩分 2.1 g
11 木	<1年生給食開始> コッペパン・チキンサラダ ポトフ・大豆チョコ	牛乳・チキン水煮 フランクフルト 大豆チョコ	コッペパン・油 じゃがいも	たまねぎ・キャベツ にんじん・にんにく こまつな	酢・塩 しょうゆ コンソメ	エネルギーたんぱく質 60.3 Kcal 22.3 g 脂質 22.6 g 塩分 2.7 g
12 金	麦ごはん・ポークカレー 和風サラダ	牛乳・わかめ かにかまぼこ	麦ごはん・砂糖 じゃがいも・油 ごま油	しょうが・にんにく にんじん・たまねぎ りんごペースト キャベツ・きゅうり	カレールウ ケチャップ・酢 中濃ソース しょうゆ・チャツネ	エネルギーたんぱく質 68.4 Kcal 21.4 g 脂質 22.8 g 塩分 2.8 g
15 月	麦ごはん・肉じゃが ほうれん草のごまあえ ふりかけ	牛乳・豚肉	麦ごはん・油 じゃがいも ごま・砂糖	にんじん・たまねぎ えだまめ・しらたき ほうれんそう・もやし ふりかけ	かつお厚削り みりん 酒・しょうゆ	エネルギーたんぱく質 61.1 Kcal 22.9 g 脂質 17.5 g 塩分 1.3 g
16 火	コッペパン・かみかみごぼうサラダ ワンタンスープ・いちごジャム	牛乳・ベーコン まぐろフレーク	コッペパン・ごま ワンタン・ごま油	ごぼう・にんじん・きゅうり ほうれんそう・もやし たまねぎ・干しいたけ いちごジャム	マヨネーズ・塩 こしょう・コンソメ しょうゆ	エネルギーたんぱく質 62.6 Kcal 21.5 g 脂質 22.3 g 塩分 2.3 g
17 水	麦ごはん・豚肉のスタミナ焼き 田舎汁	牛乳・豚肉 生揚げ・みそ	麦ごはん・油 砂糖・ごま・でん粉 じゃがいも	しょうが・にんにく・ねぎ にんじん・たまねぎ もやし・にら・ごぼう だいこん・こんにゃく	しょうゆ・みりん かつお厚削り	エネルギーたんぱく質 60.2 Kcal 25.9 g 脂質 16.2 g 塩分 1.9 g
18 木	<入学・進級お祝い献立> 黒砂糖食パン・春キャベツのサラダ コーンシチュー・デザート	牛乳・とり肉 ロースハム 脱脂粉乳	黒砂糖食パン・油 砂糖・じゃがいも バター・デザート	キャベツ・きゅうり にんじん・たまねぎ ブロッコリー・コーン	しょうゆ・塩 こしょう・酢 ベシヤメルソース	エネルギーたんぱく質 72.4 Kcal 29.4 g 脂質 23.5 g 塩分 2.9 g
19 金	<食育の日> 麦ごはん・さばの味噌煮 ひじきの五色あえ・豚汁	牛乳・さばの味噌煮 ひじき・錦糸卵 豚肉・とうふ・みそ	麦ごはん・砂糖 じゃがいも	ほうれんそう・にんじん もやし・だいこん・ ねぎ・ごぼう	しょうゆ・みりん かつお厚削り	エネルギーたんぱく質 64.7 Kcal 26.5 g 脂質 18.0 g 塩分 2.7 g
22 月	麦ごはん・ホイコーロー 中華スープ・青のり小魚	牛乳・豚肉 ベーコン・とうふ 青のり小魚	麦ごはん・油・砂糖 マロニー・でん粉	ねぎ・ピーマン・もやし キャベツ・たまねぎ にんじん・もやし ほうれんそう・コーン	こしょう・みりん 中華だし・甜麺醤 豆板醤・しょうゆ コンソメ・塩・酒	エネルギーたんぱく質 64.0 Kcal 28.2 g 脂質 17.8 g 塩分 1.9 g
23 火	背割れコッペパン・ドライカレー じゃがいもとソーセージのドイツ風スープ	牛乳・ソーセージ 豚ひき肉 ひきわり大豆	背割れコッペパン じゃがいも・油 砂糖・小麦粉	キャベツ・にんじん にんにく・たまねぎ こまつな・しょうが ピーマン	コンソメ・塩 こしょう・ケチャップ ウスターソース しょうゆ・カレー粉 赤ワイン	エネルギーたんぱく質 69.6 Kcal 29.6 g 脂質 28.2 g 塩分 2.7 g
24 水	給食はありません（お弁当持参）					
25 木	<平成さよなら献立> 中華めん・みそラーメンスープ ぎょうざ・型抜きチーズ	牛乳・豚肉 ぎょうざ 型抜きチーズ	中華めん・油	にんにく・ほうれんそう にんじん・もやし・にら たまねぎ・コーン・キャベツ	みそラーメンスープ	エネルギーたんぱく質 64.9 Kcal 29.4 g 脂質 20.6 g 塩分 2.1 g
26 金	<こどもの日献立> たけのこごはん・すまし汁 ほうれん草の卵チーズあえ デザート	牛乳・とり肉 炒り卵・チーズ 油揚げ・とうふ なると	麦ごはん・油・砂糖 デザート	たけのこ・にんじん えだまめ・ほうれんそう こまつな・ねぎ	しょうゆ・塩 かつお厚削り みりん・酒	エネルギーたんぱく質 61.0 Kcal 27.4 g 脂質 21.6 g 塩分 2.8 g

※ 材料の都合で、献立を変更することがあります。ご了承ください。

☆給食停止・開始について

- ・連絡を受けた2日後より停止・開始が可能となります。
- ・欠席またはその他の理由により給食を停止する場合について、給食実施日数連続10日以上の場合返金いたします。
- ただし、連絡を受けた2日後から連続10日以上の場合となります。
- ・転出・転入の場合給食回数を日割り計算し精算いたします。