

4月分献立表

黄色の仲間	熱や力となり、体を動かす力のもとになる	赤の仲間	血や骨や肉になり、体をつくる	緑の仲間	体の調子を整える
	7 (火) 小742kcal 中871kcal ★ハヤシライス ★牛乳 ★海藻サラダ 黄:ごはん じゃがいも 油 赤:牛乳 豚肉 海藻 緑:にんじん 玉ねぎ きゅうり キャベツ	8 (水) 小642kcal 中811kcal ★ごはん ★牛乳 ★みそ汁(もやし・わかめ) ★キムチ豆腐 ★鶏の唐揚げ(小2個・中3個) 黄:ごはん 油 砂糖 こま 小麦粉 赤:牛乳 豚肉 鶏肉 豆腐 わかめ 緑:もやし 玉ねぎ たら 白菜 大根 にんじん	9 (木) 小673kcal 中770kcal ★みそ野菜ラーメン ★牛乳 ★いりこ菜ごはん ★いちごクレープ 黄:ラーメン ごはん 油 米粉 砂糖 赤:牛乳 豚肉 はんぱん 豆腐 わかめ 緑:豚 キャベツ 玉ねぎ 長ねぎ もやし にんじん 鶏肉	10 (金) 小596kcal 中704kcal ★ごはん★牛乳 ★みそ汁(油揚げ・大根) ★牛肉のオイスターソース炒め ★焼き鮭 黄:ごはん 油 砂糖 こま 油 小麦粉 赤:牛乳 牛肉 鮭 油揚げ みそ 緑:大根 たらこ にんじん たまねぎ はんぱん	
	13 (月) 小644kcal 中765kcal ★ごはん ★牛乳 ★おでん ★さんまのみそ煮 ★清見オレンジ 黄:ごはん こま 赤:牛乳 かんぱん はんぱん うすくし 鶏肉 ミートボール まいも みそ 緑:大根 にんじん ごんにゃく 清見オレンジ	14 (火) 小545kcal 中636kcal ★ミルクパン ★牛乳 ★アルファベットマカロニスープ ★洋風じゃがいも煮 ★メンチカツ 黄:ミルクパン、マカロニ、パン粉 赤:牛乳、豚肉、鶏肉 緑:白菜、にんじん、コーン、玉ねぎ、じゃがいも、キャベツ	15 (水) 小745kcal 中802kcal ★ポークカレー ★牛乳 ★キャベツの和風サラダ 黄:ごはん じゃがいも 油 赤:牛乳、豚肉、チーズ 緑:にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり	16 (木) 小679kcal 中785kcal ★スワゲティミートソース ★牛乳 ★フルーツポンチ 黄:スワゲティ、砂糖 油 赤:牛乳、豚肉、チーズ 緑:にんじん たまねぎ まいも じゃがいも 甘夏かんぱん りんご 玉ねぎ	17 (金) 小645kcal 中849kcal ★赤飯(甘納豆) ★牛乳 ★すまし汁(豆腐・しいたけ) ★ごぼうサラダ ★鶏肉の醤油焼き 黄:もち米 マヨネーズ 赤:牛乳 鶏肉 甘納豆 豆腐 ちくわ 緑:しいたけ 長ねぎ ごま しょうゆ キャベツ にんじん
	20 (月) 小605kcal 中736kcal ★ごはん ★牛乳 ★豚汁 ★白菜の煮びたし ★たまご焼き 黄:ごはん じゃがいも 油 砂糖 赤:牛乳、豚肉、鶏肉、豆腐、みそ、かんぱん 緑:にんじん たまねぎ 長ねぎ 白菜 かぼちゃ	21 (火) 小627kcal 中791kcal ★ごはん★牛乳 ★みそ汁(小松菜・玉ねぎ) ★ごぼうと牛肉のピリ辛煮 ★えびざようざ(小2個・中3個) 黄:ごはん 油 砂糖 小麦粉 小麦粉 赤:牛乳、牛肉、えび、すり身、みそ 緑:小松菜、たまねぎ、ごま、にんじん、じゃがいも、キャベツ、たらこ	22 (水) 小667kcal 中780kcal ★親子丼 ★牛乳 ★つぼ煮 黄:ごはん 砂糖 油 赤:牛乳、鶏肉、卵、はんぱん 緑:にんじん たまねぎ しいたけ ごま 大根	23 (木) 小579kcal 中623kcal ☆汁なし担々麺 ★牛乳 ★わかめスープ 黄:ラーメン ごま油 砂糖 こま 小麦粉 赤:牛乳、豚肉、豆腐、わかめ 緑:にんじん 玉ねぎ 長ねぎ もやし 小松菜 コーン	24 (金) 小644kcal 中772kcal ★ごはん ★牛乳 ★スープカレー ★もやしのイタリアンサラダ ★野菜もっチーズフライ 黄:ごはん じゃがいも、小麦粉、パン粉、小麦粉、砂糖、油 赤:牛乳、鶏肉、おから、チーズ 緑:たまねぎ、にんじん、しいたけ、キャベツ、もやし、コーン、ごま、長ねぎ
27 (月) 小522kcal 中624kcal ★ごはん ★牛乳 ★みそわんたんスープ ★白菜のなめ首あえ ★子供ししゃもの甘露煮(1人2尾) 黄:ごはん、ワンタン、砂糖、小麦粉 赤:牛乳、豚肉、ししゃもの、みそ 緑:にんじん、たまねぎ、もやし、白菜、なめ首	28 (火) 小661kcal 中766kcal ★黒砂糖パン ★牛乳 ★かぼちゃシチュー ★春キャベツのサラダ ★ハンバーグのケチャップソースかけ 黄:黒砂糖、小麦粉、油、砂糖 赤:牛乳、鶏肉 緑:たまねぎ、かぼちゃ、しめじ、キャベツ、きゅうり	29 (水) 昭和の日 4月平均栄養価 たん白質@250g @28.8g 脂肪@19.9g @22.2g ナトリウム@3.0g @3.5g (塩分相当)	30 (木) 小595kcal 中685kcal ★五目うどん ★牛乳 ★玉ねぎコロッケ 黄:うどん 油、パン粉、マヨネーズ、小麦粉 赤:牛乳、鶏肉、はんぱん、油揚げ、かつお 緑:小松菜、しいたけ、ごま、長ねぎ、たまねぎ、にんじん	4月 名産食材 米 もち米 パン ひまわり油 SPF豚肉 作りみそ しいたけ 豆腐 もやし コーン 玉ねぎ ☆のついた献立は 新メニューです！	

※都合により献立の一部を変更することがありますのでご了承ください。

※給食費は忘れずに期限までに納めましょう。



給食食材を

納品して下さっている地元業者さん

- ◇お米: 風連有機農業倶楽部
- ◇もちやし: 坂本食品
- ◇大豆製品: とつしの藤井
- ◇SPF豚肉: 鈴木ビットファーム
- ◇赤飯: 名寄菓子部
- ◇しいたけ、豆腐、油揚げ: 名寄市の上学園
- ◇作りみそ: カントリーマクラブ
- ◇ひまわり油: ひまわり工房
- ◇すりみ食品: えびす食品
- ◇牛肉: ニチロ (地域振興のため)
- ◇めん: 東洋製麺 豊崎製麺 米穀製麺



入学・進級おめでとうございます！！

4月17日(金)の献立には、進級・入学祝いの甘納豆の赤飯が登場します。この日の赤飯に使用される、もち米はJA道北なよろさんがみなさんのために寄贈して下さったものです。お祝いの時によく食べられる赤飯の赤い色には悪いものを追い払う力があるとされており、昔から神様に供えする習慣がありました。自分自身の1年間のよりよい成長を願いながら食べましょう！

