



4月分学校給食献立表

筑前町立 三輪小学校

日曜	こ ん だ て			エネルギー Kcal	たんぱく質 g	ざ い り ょ う		
	しゅしよく	牛乳	ふくしよく			おもにからだをつくるもの	おもにからだのちょうしをととのえるもの	おもにねつやちからのもとなるもの
8火	むぎごはん		さわらのてりやき おひたし ふたじる	614	23.9	ぎゅうにゅう さわら とうふ ふたにく かつおぶし みそ	ほうれんそう もやし ごぼう にんじん しょうが ねぎ	こめ じゃがいも
9水	ミルクコッペパン		スパゲッティナポリタン ドレッシングサラダ いちご	626	22.3	ぎゅうにゅう ハム チーズ ベーコン	たまねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン コーン きゃべつ きゅうり いちご	パン スパゲッティ あぶら
10木	ごはん		ロイヤルカツ キャベツのごまあえ けんちんじる	666	22.0	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ふたにく	にんじん きゃべつ もやし ごぼう しいたけ	こめ ごま あぶら さといも こんにやく でんぷん
11金	むぎごはん		だいずのいそに ごまじゃこあえ	634	25.2	ぎゅうにゅう とりにく だいず てんぷら ひじき しらす あぶらあげ	にんじん いんげん こまつな もやし	こめ むぎ こんにやく じゃがいも ごま あぶら
14月	さんさいごはん		あつやきたまご ポパイサラダ すましじる	640	21.5	ぎゅうにゅう あぶらあげ たまご ハム わかめ とうふ かまぼこ	しいたけ ほうれんそう にんじん えのきたけ たまねぎ ねぎ わらび きくらげ たけのこ	こめ あぶら じゃがいも マヨネーズ
15火	むぎごはん		とりにくのバーベキューソースかけ ドレッシングあえ しちさいじる	623	23.9	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん だいこん かぼちゃ りんご きゃべつ きゅうり かんぴょう ねぎ	こめ じゃがいも むぎ
16水	バーガーパン		フィッシュポーション コールスローサラダ たまごスープ	698	27.3	ぎゅうにゅう たら たまご	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン	パン あぶら
17木	むぎごはん ツナだいず		わかめうどん アーモンドあえ	656	26.3	ぎゅうにゅう とりにく ツナ だいず わかめ ハム たまご ちくわ	にんじん たまねぎ ねぎ きゃべつ もやし しいたけ	こめ あぶら うどん アーモンド
18金	かんげいえんそく							
21月	むぎごはん		ホイコーロー ちゅうかスープ スクールみかんゼリー	646	23.1	ぎゅうにゅう ふたにく とりにく	たまねぎ にんじん きゃべつ もやし たら たけのこ ねぎ にんにく しょうが きくらげ	こめ むぎ あぶら ゼリー
22火	ごはん		さばのにつけ そくせきづけ しらたまじる	662	28.3	ぎゅうにゅう さば こんぶ とりにく	にんじん たまねぎ きゅうり きゃべつ ごぼう こまつな しいたけ	こめ ごま もち
23水	しよくぱん		クリームシチュー ハムサラダ オレンジ	651	25.1	ぎゅうにゅう なまクリーム とりにく チーズ ハム いんげんまめ	たまねぎ にんじん アスパラ きゃべつ きゅうり オレンジ	パン マーガリン じゃがいも
24木	たけのこごはん		とりつくね わふうサラダ かきたまじる	710	25.9	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ちくわ たまご わかめ	たけのこ ごぼう にんじん しいたけ きゅうり いんげん たまねぎ ほうれんそう えのき	こめ マヨネーズ でんぷん
25金	むぎごはん		あつあげとたけのこのうまに バンサンスー	650	25.6	ぎゅうにゅう ふたにく あつあげ たまご	ちんげんさい たまねぎ たけのこ にんじん コーン きゅうり キャベツ	こめ むぎ あぶら さとう はるさめ ごま
26土	むぎごはん ふくじんづけ		ビーフカレー フルーツヨーグルト	736	23.1	ぎゅうにゅう ぎゅうにく チーズ なまクリーム ヨーグルト	たまねぎ にんじん みかん パインアップル もも バナナ にんにく	こめ むぎ じゃがいも マーガリン
30水	こくとうぱん		トマトオムレツ やさいソテー パスタスープ	620	21.0	ぎゅうにゅう ベーコン たまご レンズまめ	にんじん たまねぎ ピーマン キャベツ セロリー	パン じゃがいも マカロニ

※材料などの都合により、献立を変更することがあります。※下線を引いているものが地域でとれたものです。

ご進級・ご入学おめでとうございます

みなさんにとって学校給食が毎日の楽しみとなるように、安心安全でおいしい給食を心を込めてつくります。子どもたちの心身の成長を支える給食を通して、準備から後片付けまでの実践活動をくり返し行い、望ましい食習慣や、食に関する実践力を身につけることができるようにしていきます。

今月の献立より

・今月は、「筍ごはん」や「筍の旨煮」など、今の季節にしか味わえない旬のたけのこを使ったメニューを取り入れています。

・17日(木) 食育の日は「ツナ大豆」です。

