

令和6年度

がつぶん

きゅうしょくこん

だて

よ

てい

ひょう

しょうがっこう

4月分給食献立予定表(小学校)

那須烏山市学校給食センター

ひつげ 日付	こん 献	だて 立	ひょう 表	おも　　主　　　　な　　　　材　　　　料			小学校
				おもに からだ 体をつくる	おもに からだ ちょうし 体の調子を整える	おもにエネルギーになる	
8　(月)	始業式						
9　(火)	ごはん　ポークハヤシライス　牛乳　花野菜のサラダ	ぶたにく　ぎゅうにゅう	アスパラガス　カリフラワー　にんじん　トマト　とうもろこし	こめ　サラダあぶら　ドレッシング	629 20.6 20.4 2.8		
10　(水)	食パン　県産いちごジャム　牛乳　とうふナゲット②③ 大根サラダ　マカロニのクリーム煮	とりにく、とうふ　ぎゅうにゅう　とうにゅう ぶたにく、まぐろツナ　ぎょにく	にんじん　たまねぎ　キャベツ　だいこん　しめじ	しょくパン　サラダあぶら　さとう、ジャム　ドレッシング　でんぶん、マカロニ　シチュールウ　こむぎこ	698 24.1 27.7 2.8		
11　(木)	ごはん　牛乳　鶏肉の香味焼き　こんにゃくサラダ ピリ辛　みそ汁	とりにく　ぎゅうにゅう　ぶたにく　のり　みそ　こんぶ　くきわかめ	にんじん　にんにく　しょうが　ブロッコリー　だいこん　ごぼう、ねぎ　キャベツ	こめ　サラダあぶら　ごま　ドレッシング	559 23.7 17.2 2.1		
12　(金)	セルフ豚丼（ごはん　豚丼の具）牛乳　もやしのナムル じゃがいもとわかめのみそ汁	ぶたにく　ぎゅうにゅう　とうふ　わかめ　みそ	にんじん　たまねぎ　にら　ねぎ　もやし　ごぼう	こめ　サラダあぶら　じゃがいも　ドレッシング	607 23.7 17.5 2.7		
15　(月)	ごはん　牛乳　メンチカツ　ササミとキャベツのサラダ なめこ汁	とりにく　ぎゅうにゅう　とりささみ　とうふ　みそ	にんにく　たまねぎ　なめこ　もやし　ねぎ　キャベツ　にんじん	こめ　サラダあぶら　さとう　ドレッシング　パンこ	607 20.8 19.0 2.5		
16　(火)	ごはん　牛乳　ハンバーグケチャップソースがけ おひたし　田舎汁	とりにく　ぎゅうにゅう　ぶたにく　かつお　とうふ、みそ	にんじん　たまねぎ、ごぼう　ほうれんそう　にんにく　しょうが　トマト　だいこん、ねぎ　ごぼう、かんぴょう	こめ　サラダあぶら　さとう　さといも	585 23.5 16.6 2.4		
17　(水)	牛乳パン　牛乳　トマトオムレツ シーザーサラダ　クリームシチュー	ぶたにく　ぎゅうにゅう　とりにく　たまご	にんじん　たまねぎ　ブロッコリー　キャベツ	ぎゅうにゅうパン　サラダあぶら　じゃがいも　ドレッシング　シチュールウ	600 22.8 25.8 2.2		
18　(木)	ごはん　牛乳　さばのみそ煮 五目きんぴら　けんちん汁	ぶたにく　とうふ　ぎゅうにゅう　とりにく　さば、みそ　さつまあげ	にんじん　ごぼう　だいこん　ねぎ	こめ　サラダあぶら　でんぶん　ごま　さとう　さといも	672 27.1 24.3 3.1		
19　(金)	米粉パン　牛乳　やきそば　わかめと小松菜のツナ和え ヨーグルト	ぶたにく　ぎゅうにゅう　まぐろツナ　なると　ヨーグルト　わかめ	にんじん　もやし　こまつな　キャベツ	こめこパン　サラダあぶら　やきそばめん　ドレッシング	657 28.5 22.5 2.8		
22　(月)	ごはん　牛乳　チキンみそカツ　ごまあえ　豚汁	とりにく　ぎゅうにゅう　ぶたにく　みそ	ほうれんそう　もやし　にんじん　ごぼう　ねぎ　だいこん	こめ、パンこ　サラダあぶら　こめこ、さとう　ごま　でんぶん　さといも	623 24.1 20.9 2.2		
23　(火)	★入学・進級お祝い献立★ ごはん　チキンカレー　牛乳 ブロッコリーとチーズのサラダ　お祝いいちごゼリー	とりにく　ぎゅうにゅう　ヨーグルト　チーズ	にんじん　にんにく　しょうが　ブロッコリー　たまねぎ　とうもろこし　りんご	こめ　サラダあぶら　じゃがいも　ドレッシング　ゼリー　カレールウ	637 20.2 18.4 2.5		
24　(水)	黒糖パン　牛乳　野菜肉だんご②③　フレンチサラダ ミネストローネ	とりにく　ぎゅうにゅう　ウィンナー　だいず	にんじん　にんにく　しょうが　トマト　キャベツ　ねぎ　ブロッコリー　とうもろこし　カリフラワー　たまねぎ　えだまめ　れんこん　りんご	こくとうパン　サラダあぶら　さとう　ドレッシング　じゃがいも　ごまあぶら　マカロニ	598 21.5 19.6 2.4		
25　(木)	ごはん　牛乳　豚肉のケチャップ炒め レンコンとひじきのサラダ　大根と油あげのみそ汁	ぶたにく　ぎゅうにゅう　あぶらあげ　ひじき　みそ	にんじん　れんこん　だいこん　たまねぎ　とうもろこし　もやし　ねぎ	こめ　サラダあぶら　さとう　ドレッシング	584 22.1 18.8 1.9		
26　(金)	はちみつパン　牛乳　かぼちゃコロッケ グリーンサラダ　ポークビーンズ	ぶたにく　ぎゅうにゅう　だいず	にんじん　トマト　にんにく　ブロッコリー　たまねぎ　かぼちゃ　キャベツ　アスパラガス	はちみつパン　サラダあぶら　さとう　でんぶん　ドレッシング　じゃがいも　こむぎこ　パンこ	674 22.9 23.3 2.5		
30　(火)	ごはん　牛乳　ねぎまんじゅう①②　春雨サラダ マーボー豆腐	ぶたにく　ぎゅうにゅう　ハム　みそ　だいず　とうふ	にんじん　にんにく　しょうが　にら　きゅうり　もやし　ねぎ	こめ　サラダあぶら　こむぎこ　ドレッシング　でんぶん　ごまあぶら　さとう　はるさめ	599 23.1 17.0 2.0		

※材料の都合で献立を変更する場合があります。

小学校3・4年生1食分の学校給食摂取基準

エネルギー650kcal たんぱく質21.1～32.5g 脂質14.4～21.6g 塩分2.0g未満

4月の平均栄養量

エネルギー621kcal たんぱく質23.2g 脂質20.6g 塩分2.4g

お米是那須烏山市産、毎日の牛乳は栃木県産を使用しています。

献立のお知らせ

23日（火）は入学、進級お祝い献立です。

給食で人気のメニューから、たくさんの野菜が入ったチキンカレーにしました。お祝いいちごゼリーは、いちごの果肉入りゼリーに桜をイメージしたクリームがのっている、卵、乳不使用のゼリーです。