



4月予定献立表



日	曜日	入学・進級おめでとうございます♪			
8	木	かしわうどん 鶏肉 ぶなしめじ 干椎茸 たもぎ茸 長葱 油揚げ ちくわ 醤油 みりん 煮干 削り節 鶏ガラ 酒 うどん		きなこポテト じゃがいも きな粉 砂糖 サラダ油	
9	金	ごはん 米 強化米	玉葱と卵の味噌汁 玉葱 鶏卵 味噌 煮干 削り節 昆布	豆腐と豚肉のすき焼き風 豚肉 豆腐 しらたき 干椎茸 玉葱 砂糖 醤油 みりん 酒	ほうれん草のおひたし ほうれん草 キャベツ もやし 醤油 めんつゆ
12	月	青菜ごはん 米 麦 強化米 青菜ごはんの素	なめこ豆腐の味噌汁 なめこ 豆腐 長葱 味噌 煮干 削り節 昆布	ほっけフライ (ほっけ パン粉 小麦粉 バター粉) サラダ油 ウスターソース	やみつきキャベツ キャベツ きゅうり 塩昆布 ごま油
13	火	ポークカレーライス じゃがいも 玉葱 人参 豚肉 サラダ油 チーズ トマトケチャップ ウスターソース にんにく 生姜 砂糖 カレー粉 スープストック 米 麦 強化米 カレールウ			フルーツゼリー和え みかん缶 パイン缶 ブロックゼリーゆず
14	水	ごはん 米 強化米	もやしと油揚げの味噌汁 もやし 油揚げ 味噌 煮干 削り節 昆布	はちみつどり 鶏肉 砂糖 はちみつ 醤油 酒	ごぼうサラダ ごぼう きゅうり 人参 コーン 砂糖 酢 醤油 サラダ油 ごま エッグケアマヨネーズ (卵不使用)
15	木	塩ラーメン 豚肉 玉葱 コーン 人参 長葱 白菜 ピーマン もやし メンマ わかめ 塩ラーメンスープ にんにく 生姜 鶏ガラ 削り節 ラード ごま油 ラーメン		春巻 (玉葱 人参 キャベツ 豚肉 春雨 ラード 長葱 ひじき 生姜 小麦粉 植物油脂 みりん 水飴 醤油 でん粉 砂糖 オイスターソース) サラダ油	果物 オレンジ オレンジ
16	金	ソイ丼 米 強化米 麦 大豆 ベーコン 豚肉 人参 たら 砂糖 醤油 みりん カレー粉 カレールウ サラダ油 ひきわり大豆		青梗菜と春雨のスープ 青梗菜 きくらげ 春雨 サラダ油 コンソメ 醤油	もやしとさつま揚げの和え物 もやし きゅうり さつま揚げ 砂糖 醤油 酢 サラダ油
19	月	ごはん 米 強化米	大根と油揚げの味噌汁 大根 油揚げ 味噌 煮干 削り節 昆布	肉じゃが 豚肉 じゃがいも 人参 玉葱 こんにゃく いんげん 干椎茸 砂糖 醤油 みりん 酒 サラダ油	白菜のポン酢和え 白菜 人参 ポン酢 オリーブ油 唐辛子
20	火	十勝小豆パン (小麦粉 小豆 砂糖 鶏卵 脱脂粉乳 イースト ショートニング)	ラビオリスープ ラビオリ 玉葱 人参 サラダ油 トカフス白 コンソメ	ほうれん草のキッシュ風 ほうれん草 ベーコン バター 鶏卵 牛乳 コンソメ チーズ	グリーンサラダ キャベツ きゅうり 玉葱 マスタード 砂糖 サラダ油 酢 エッグケアマヨネーズ (卵不使用)
21	水	ごはん 米 強化米	じゃがいもとわかめの味噌汁 じゃがいも 長葱 わかめ 味噌 煮干 削り節 昆布	ほきのゆず味噌焼き (ほき ゆず味噌)	切干大根サラダ 切干大根 もやし きゅうり 人参 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま
22	木	スパゲティミートソース スパゲティ サラダ油 バター 豚肉 ひきわり大豆 玉葱 ピーマン 人参 マッシュルーム トマト缶 トマトケチャップ トマトソース デミグラスソース コンソメ ウスターソース ミートソース 砂糖 トカフス赤 生クリーム チーズ でん粉		小松菜とロースト肉の和え物 小松菜 ローストブレスト もやし パプリカ 醤油 ごま油	入学☆進級☆お祝いシュークリーム (鶏卵 バター 小麦粉 砂糖 生クリーム 牛乳 コーンスターチ)
23	金	ごはん 米 強化米	わかめスープ わかめ ベーコン たけのこ スープストック コンソメ 醤油 鶏ガラ 玉葱 人参	手作りちぢみ 小麦粉 鶏卵 ごま油 たら 玉葱 長葱 人参 いか ごま ポン酢 砂糖 ラー油	チャフチェ(韓国風春雨炒め) 豚肉 ピーマン 人参 干椎茸 春雨 生姜 にんにく 醤油 砂糖 酒 みりん ごま油 サラダ油 ごま
26	月	コーンチャーハン ごはんにコーンをかけてめしあがれ♪ 米 麦 強化米 ごま油 豚肉 玉葱 人参 かりんとう チャーハンの素 枝豆 バター コーン 醤油		豆腐ときくらげのスープ 豆腐 きくらげ 人参 鶏ガラ 玉葱 スープストック 醤油 コンソメ 酒	ハム入りマリネ ハム パプリカ キャベツ きゅうり イタリアンドレッシング
27	火	黒糖パン (小麦粉 黒糖 食塩 鶏卵 脱脂粉乳 イースト ショートニング マーガリン)	大根スープ 大根 干椎茸 人参 コンソメ 鶏ガラ 玉葱 醤油	細切りポテトのガレット風 じゃがいも ベーコン ウイナー チーズ 鶏卵 トマトケチャップ ウスターソース 砂糖 パセリ でん粉	フロッキーサラダ フロッキー 人参 ツナ ごま コーン 砂糖 酢 醤油 サラダ油
28	水	ごはん 米 強化米	キャベツとわかめの味噌汁 キャベツ わかめ 長葱 味噌 煮干 削り節 昆布	大豆とひじきの煮物 大豆 ひじき 高野豆腐 さつま揚げ つきこんにゃく 人参 砂糖 醤油 みりん 酒 サラダ油 ごま	人参のごま味噌和え 人参 白菜 砂糖 醤油 味噌 ごま
29	木	昭和の白			
30	金	ごはん 米 強化米	青梗菜と玉葱の味噌汁 青梗菜 玉葱 豆腐 味噌 煮干 削り節 昆布	ミートボール甘酢あん ミートボール 人参 たけのこ 玉葱 ピーマン にんにく 砂糖 酢 醤油 ウスターソース サラダ油 でん粉	大根の梅肉和え 大根 小松菜 砂糖 醤油 みりん 練り梅 花かつお

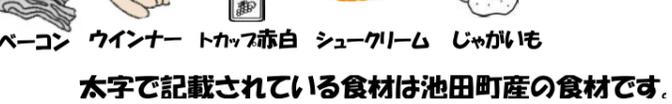
★材料の都合で、献立を一部変更する事がありますのでご了承ください。
 ★各献立に入っている食材はおおよそ記入してありますが、調味料や加工品についての微量成分はすべて記入できない場合があります。
 塩・胡椒は毎日のように使用しているため、記載を省略しています。
 ★原材料欄 () で記載されている食品は既製品になります。
 ★鶏ガラ以降に記載されている人参・玉葱は出汁に使用しています。
 1食あたりの平均摂取量

【学校給食摂取基準について】
 各年齢の成長期の子どもたちに必要な栄養摂取の基準。
 これをもとに学校給食の献立を考えています。
 残さず食べられるよう少しずつ努力していきましょう。

★今月の池田産食材☆
 今月は7種類の池田町産食材を使います。
 ～池田町産の食材をすすんで食べよう～大豆

	熱量	たんぱく質	脂質	食塩
小学生	705kcal	24.7g	21.8g	3.2g
中学生	860kcal	29.3g	25.4g	3.9g

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
小	530Kcal	全摂取エネルギーの13~20%	全摂取エネルギーの25~30%	2g未満
学	650Kcal			
生	780Kcal			
中	830Kcal			2.5g未満



太字で記載されている食材は池田町産の食材です。