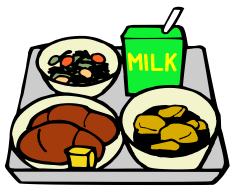

4月の予定献立表

平成２７年度

志木市立宗岡第二小学校

日	曜	こんだてめい しゅしょく	のみもの	おかず	エネルギー Kcal	たんぱくしつ g	おもにからだをつくるしょくひん	おもにからだのちょうしをととのえるしょくひん	おもにねつやちからになるしょくひん
13	月	ごはん	ぎゅうにゅう	ハッシュドポーク パリパリサラダ	586	21.0	ぶたにく　ぎゅうにゅう	にんじん　トマト　きゅうり たまねぎ　にんにく マッシュルーム　キャベツ	せいはくまい　こむぎこ わんたんのかわ　あぶら バター　ごまあぶら
14	火	しょくぱん	ぎゅうにゅう	ガーリックトースト ジャーマンポテト コーンスープ	593	19.0	とりにく　たまご ベーコン　ぎゅうにゅう	パセリ　にんじん チンゲンサイ　にんにく たまねぎ　コーン	しょくぱん　はるさめ でんぷん　じゃがいも バター
15	水	ごはん	ぎゅうにゅう	ちくわとごぼうのごまだれどん ごもくみそしる きよみオレンジ	647	21.4	ちくわ　とりにく あぶらあげ　みそ ぎゅうにゅう	にんじん　ほししいたけ ごぼう　だいこん　ねぎ しょうが　きよみオレンジ	せいはくまい　でんぷん さんおんとう　ごま こんにゃく　あぶら
16	木	ごはん	ぎゅうにゅう	てづくりコロッケ ミニトマト２つぶ とんじる	687	25.2	ぶたにく　たまご ぶたにく　もめんどうふ みそ　ぎゅうにゅう	ミニトマト　にんじん たまねぎ　ごぼう だいこん　ねぎ	せいはくまい　あぶら じゃがいも　こむぎこ ぱんこ　ごまあぶら
17	金	むしちゅうかめん	ぎゅうにゅう	みそラーメン フルーツポンチ	687	23.3	ぶたにく　みそ ぎゅうにゅう	にんじん　しょうが　キャベツ　にら にんにく　もやし　ねぎ　パインかん コーン　みかんかん　ももかん	むしちゅうかめん じょうはくとう　あぶら ごまあぶら
20	月	ごはん	ぎゅうにゅう	さかなのかりんあげ ほうれんそうのおかかあえ けんちんじる	577	24.3	メルルーサ　かつおぶし もめんどうふ　あぶらあげ ぎゅうにゅう　こんぶ	ほうれんそう　にんじん もやし　ごぼう　かぶ ねぎ	せいはくまい　でんぷん さんおんとう　あぶら こんにゃく　じゃがいも
21	火	1年生　きゅうしょくかいし ごはん	ぎゅうにゅう	ポークカレー コーンとキャベツのサラダ	602	20.1	ぶたにく　ぎゅうにゅう チーズ	にんじん　しょうが にんにく　たまねぎ キャベツ　きゅうり コーン	せいはくまい　おおむぎ じゃがいも　こむぎこ あぶら　ごまあぶら
22	水	はちみつパン	ぎゅうにゅう	マカロニグラタン ABCスープ	569	20.4	とりにく　なまクリーム むきえび　ぎゅうにゅう ベーコン　パルメザンチーズ	パセリ　にんじん たまねぎ　マッシュルーム キャベツ	はちみつパン　マカロニ こむぎこ　ぱんこ あぶら　バター
23	木	ごはん	ぎゅうにゅう	はるのふりかけ しんじゃがのそぼろに カラオレンジ	555	23.5	とりにく　ぎゅうにゅう ひじき　しらすぼし	ゆかり　にんじん さやえんどう　たまねぎ カラオレンジ	せいはくまい　ごま こんにゃく　じゃがいも さんおんとう　あぶら
24	金	じこなうどん	ぎゅうにゅう	かんさいうどん じゃがまるくん	557	18.9	とりにく　あぶらあげ なると　たまご ぎゅうにゅう　チーズ	ねぎ　こまつな ほししいたけ	じこなうどん　でんぷん じゃがいも　あぶら
27	月	ごはん	ぎゅうにゅう	まーぼーどん てづくりはるまき	598	22.4	ぶたにく　もめんどうふ みそ　とりにく ぎゅうにゅう	にんじん　にんにく にら　たまねぎ　ねぎ たけのこ　ほししいたけ	せいはくまい　あぶら　ごまあぶら さんおんとう　でんぷん　こむぎこ はるさめ　はるまきのかわ
28	火	ツイストパン	ぎゅうにゅう	ココアあげぱん はるキャベツのスープに いちご２つぶ	625	20.2	とりにく　ウインナー ぎゅうにゅう	にんじん　にんにく たまねぎ　マッシュルーム キャベツ　トマト　いちご	ツイストパン　あぶら じょうはくとう　じゃがいも グラニューとう
29	水	昭和の日							
30	木	ごはん	ぎゅうにゅう	ほきのわかくさあげ はるキャベツといわのりのそくせきづけ とうみょうのみそしる	579	28.5	ほき　たまご きぬごしどうふ　みそ ぎゅうにゅう　のり	にんじん　とうみょう キャベツ	せいはくまい　こむぎこ

☆今月の給食費の引き落としは4月30日（木）です。残高のご確認をよろしくお願いします。（2年生～6年生）
☆材料などの都合で、その日の献立が変更になる場合があります。
☆毎日、おはしを持って来てください。使ったおはしはおうちできれいに洗ってください。

ご入学・ご進学おめでとうございます。

いよいよ、新学期がスタートしました。今年度もみなさんの健康と健やかな成長を願い、いろいろな食材をとりいれたバランスのよい献立を考えて（株）東洋食品の調理員さん　　７名と「安心・安全な給食」を心をこめて作りたいと思います。
みなさんも苦手なものが食べられるよう挑戦してくださいね。