



4月予定献立表

《今月のめあて》



じゅんぴのしかたを しっかりおぼえよう

平成31年度4月

給食回数 14 回

武蔵野市立桜野小学校

日 曜	こ ん だ て	牛乳	つ か う も の (材 料)			コ メ ン ト
			体をつくる(あか)	エネルギーとなる(き)	体の調子を整える(みどり)	
9 火	セルフサンド (パン ソースやきそば) はるやさいのスープ ジャーマンポテト	○	ぶたにく あおのり とりにく しろいんげんまめ とりがら ベーコン ぎゅうにゅう	コッペパン ちゅうかめん あぶら じゃがいも	にんじん もやし キャベツ しょうが にんにく たまねぎ セロリ いんげん	<p>ご入学・ご進学 おめでとうございます。</p> <p>給食室では、今年度も安全 でおいしい給食を作りますの で、楽しみにしていただきま ね。</p> <p>22日から1年生の給食 が始まります。</p>  <p>給食がはじまります！</p> <p>11日 わかたけうどん 19日 たけのごはん 給食室で生の竹の子を、ぬ かと鷹の爪で湯がいてあく抜き をしてから使います。 この時期にしか味わえない春 の味です。</p>  <p>25日 中華ちまき 5月5日のこどもの日のお祝 い献立です。竹の皮でおこわ 包み蒸します。</p>
10 水	おやこどん ごもくきんぴら だいこんうめずつけ きよみオレンジ	○	とりにく たまご ぶたにく ぎゅうにゅう	しちぶまい こめつぶむぎ さとう あぶら いとこんにやく ごまあぶら ごま	たまねぎ ほししいたけ ほうれんそう ごぼう れんこん にんじん いんげん だいこん きよみオレンジ	
11 木	わかたけうどん なまあげのピリからに ポテトドーナッツ	○	とりにく わかめ なまあげ ぶたにく みそ スキムミルク たまご ぎゅうにゅうとうにゅう	うどん こめぬか あぶら ごまあぶら さとう かたくりこ じゃがいも こむぎこ パター	たけのこ にんじん ながねぎ もやし こまつな キャベツ ほししいたけ いんげん にんにく しょうが	
12 金	むぎごはん まめじゃこ みそしる さけのゆあんやき ごまおんやさい	○	だいたず かえりにほしとうふ わかめ みそ さけ かつおぶし ぎゅうにゅう	しちぶまい こめつぶむぎ かたくりこ あぶら さとう ごま ごまあぶら	たまねぎ こまつな ながねぎ ゆず はくさい もやし ほうれんそう にんじん	
15 月	ごはん ふりかけ すましじる ジャンボしゅうまい こんにやくオランダに	○	じゃこ かつおぶし あおのり とうふ こんぶ ぶたにく ぎゅうにゅう	しちぶまい さとう ごま あぶら ぎょうざのかわ かたくりこ ごまあぶら いとこんにやく	にんじん きりぼしだいこん えのき こまつな たまねぎ ほししいたけ しょうが いんげん	
16 火	トマトライス やさいスープ じゃがいものソテー とりのマーマレードやき	○	とりにく とりがら ベーコン ぎゅうにゅう	しちぶまい こめつぶむぎ あぶら じゃがいも さとう マーマレード	ホールコーン たまねぎ にんじん キャベツ こまつな グリーンアスパラ	
17 水	スープスパゲティー じゃこピーマンソテー スコーン	○	ベーコン えび ツな とりがら じゃこ スキムミルク たまご ぎゅうにゅうとうにゅう	スパゲティー あぶら こむぎこ パター さとう	たまねぎ キャベツ にんじん にんにく セロリ もやし ピーマン こまつな	
18 木	ごはん みそしる やきコロッケ ソース ひじきに	○	とうふ わかめ みそ ぶたにく しろいんげんまめ ひじき ちくわ ぎゅうにゅう	しちぶまい じゃがいも あぶら こむぎこ ぼんこ さとう	たまねぎ こまつな ながねぎ にんじん いんげん	
19 金	たけのごはん すましじる さわらのしおこじやき まごときやべつのためもの	○	こんぶ あぶらあげ さわら たまご ベーコン ぎゅうにゅう	しちぶまい こめつぶむぎ あぶら さとう こめぬか しらたまふ しおこじ	たけのこ にんじん いんげん こまつな だいこん えのき キャベツ たまねぎ	
22 月	むすびパン さかなフライソースかけ やさいスープ とりにくやさいのためもの	○	メルルーサ ぶたにく とりがら とりにく ぎゅうにゅう	むすびパン こむぎこ ぼんこ あぶら さとう いとこんにやく	たまねぎ にんじん キャベツ こまつな セロリ にんにく れんこん	
23 火	ピザパン スープ ツなとやさいのソテー	○	ピザチーズ ベーコン とりにく とりがら ツな ぎゅうにゅう	しょくパン あぶら	たまねぎ マッシュルーム ピーマン にんじん こまつな コーン セロリ にんにく もやし キャベツ ほんしめじ	
24 水	カレーライス チキンカツ ポイルやさい ちゅうかドレッシング きよみオレンジ	○	とりにく とりがら だいたず ぎゅうにゅう	しちぶまい おしむぎ じゃがいも あぶら こむぎこ バター こんにやく	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく しょうがりんご だいこん もやし こまつな きよみオレンジ	
25 木	ちゅうかちまき ワントンスープ きんときまめのあまに	○	やきぶた ぶたにく とりがら きんときまめ ぎゅうにゅう	もちごめ さとう ごまあぶら ワンタン	たけのこ ほししいたけ にんじん ながねぎ はくさい もやし にんにく しょうが	
26 金	ごはん みそしる つくねのてりやきソース ごぼうのおんやさい	○	とりにく とうふ だいたず あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	しちぶまい さとう ぼんこ あぶら かたくりこ ごまあぶら ごま	ながねぎ しょうが たまねぎ こまつな えのき ホールコーン ごぼう にんじん もやし いんげん	

○・・・牛乳 ヨ・・・ヨーグルト 麦・・・麦茶

献立(食材)は一部都合により変更する事もあります。

【今月の平均栄養価】 エネルギー 621kcal たんぱく質 25.7g 脂質 20.9g

桜野小の給食について

☆温かみのある手作り給食☆

給食では、調理品や冷凍食品を使わず、カレールーやホワイトルー、餃子、ふりかけなど、すべて素材から手作りをしています。また、市内産の野菜を取り入れ、その美味しさや生産者の思いを伝えていきたいと思ひます。

給食室をのぞくと新鮮な野菜を切る様子が見えたり、だしのとる匂いがしたり、子どもたちに給食をより身近に感じてもらいながら、安全で美味しい給食作りをしています。

