

# 4月分予定献立表

(給食回数14回)

平成28年度  久喜市教育委員会 栗橋西小学校

日付 (曜日)	献立(こんだて)			熱や力となるもの (きいろ)	血・肉・骨となるもの (あか)	体の調子を整えるもの (みどり)	熱量(Kcal) たんぱく質(g)
	主食	飲物	おかず				
11日 (月)	ちゅうかめん	牛乳 ○	やきそば ぎょうざ キャベツサラダ ヨーグルト	ちゅうかめん あぶら ぎょうざのかわ ドレッシング	牛乳 ぶたにく	キャベツ にんじん ピーマン たまねぎ にら にんじん きゅうり	612 26.1
12日 (火)	こどもパン	牛乳	(きょうかとかんれんしたこんだて) ハンバーグデミグラスソース たまねぎのスープ こぶきいも	こどもパン さんおんとう あぶら じゃがいも パンこ	牛乳 ベーコン あおのり とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト コーン キャベツ ほうれんそう	600 23.5
13日 (水)	ゆでうどん	牛乳	きつねうどん しろはなまめクロック きゅうりのごまずあえ	ゆでうどん さんおんとう あぶら ごま ごまあぶら じゃがいも ばんこ こめこ パター	牛乳 あぶらあげ とりにく きざみこんぶ しろはなまめ スキムミルク	にんじん たまねぎ こまつな ながねぎ きゅうり もやし	664 23.8
14日 (木)	せきはん ごましお	牛乳 ○	(にゆうがく・しんきゆうおめでとようこんだて) とりのからあげ・おひたし すましじる・りんごゼリー	せきはん ごま でんぶん あぶら さんおんとう ゼリー	牛乳 とりにく はんぺん わかめ	ながねぎ にんじん ちんげんさい キャベツ	611 24.9
15日 (金)	むぎごはん	牛乳 ○	カレーライス フルーツポンチ	むぎごはん カレールウ じゃがいも あぶら	牛乳 ぶたにく チーズ スキムミルク	こんにゃく パイン おうとう みかん こんにゃく	722 19.9
18日 (月)	くろパン	牛乳 ○	オムレツ(ケチャップ) キャベツとコーンのソテー クラムチャウダー	くろパン じゃがいも パター こむぎこ あぶら	牛乳 だいたず あさり えび ベーコン フランクフルト たまご	にんじん たまねぎ えだまめ パセリ キャベツ コーン	742 26.0
19日 (火)	むぎごはん	牛乳	食育の日(きょうどりょうり・ながの) の心はしつめい・こころのひまわり のざわないうりやさいいため	むぎごはん こむぎこ あぶら さんおんとう	牛乳 ちくわ とうふ みそ	のざわな キャベツ にんじん しめじ えのきだけ ながねぎ	678 26.8
20日 (水)	ちゅうかめん	牛乳	かんとんめん はるまき こまつなのサラダ	ちゅうかめん でんぶん はるまき はるまきのかわ ドレッシング あぶら	牛乳 ぶたにく うずらのたまご なると	にんじん ちんげんさい ながねぎ たけのこ しょうが キャベツ たまねぎ ほししいたけ こまつな もやし にら	654 27.4
21日 (木)	むぎごはん	牛乳 ○	ビビンバ トックいりスープ	むぎごはん さんおんとう ごま油 ごま でんぶん トック	牛乳 ぶたにく たまご とりにく	にんじん もやし こまつな ぜんまい にら だいこん ながねぎ	601 24.4
22日 (金)	むぎごはん	牛乳	レバーとポテのオーロラソース ビーンズサラダ きりぼしだいこんのみそしる	むぎごはん でんぶん じゃがいも さんおんとう ドレッシング あぶら	牛乳 ぶたレバー とうふ あぶらあげ みそ てぼうまめ だいたず いんげんまめ	キャベツ コーン たまねぎ ながねぎ きりぼしだいこん きゅうり	707 24.1
25日 (月)	むぎごはん	牛乳	さばのみぞに ひじきのにもの みそけんちん	むぎごはん さといも	牛乳 さば ひじき みそ さつまあげ とうふ あぶらあげ	だいこん にんじん こんにゃく ごぼう	631 25.9
26日 (火)	あげパン	牛乳	ちゅうかコーンスープ こんにゃくサラダ	パン あぶら でんぶん ドレッシング	牛乳 きなこ たまご とりにく	コーン にんじん たまねぎ ちんげんさい プロッコリーきゅうり	614 24
27日 (水)	ゆでうどん	牛乳	さぬきうどん はるのかきあげ かんぴょうのごまあえ	ゆでうどん さんおんとう ごま こむぎこ あぶら	牛乳 とりにく かまぼこ わかめ さくらえび あさり	ながねぎ にんじん しょうが たまねぎ アスパラガス かんぴょう こまつな	611 22.2
28日 (木)	むぎごはん	牛乳	にくじゃが あつやきたまご ちんげんさいのおひたし	むぎごはん じゃがいも さんおんとう あぶら	牛乳 ぶたにく たまご	たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん ちんげんさい キャベツ	665 22.6

★牛乳の下に○がついている日はスプーンをもってきてください。  
★諸般の事情により材料や献立を変更する場合があります。

月平均栄養摂取量

651  
24

4月の献立より  
今年度も毎月3回 久喜市統一献立を実施します。

郷土料理 長野県 行事食 入学・進級おめでとう献立 教科と関連した献立 小6理科じゃがいもの育

品名	産地(予定)	品名	産地(予定)	品名	産地(予定)	品名	産地(予定)	品名	産地(予定)	品名	産地(予定)
米	埼玉(久喜市産米)	豚肉	北海道・青森・岩手・茨城	さらえび	静岡	小松菜	東京・埼玉	しめじ	長野	ほうれんそう	茨城・埼玉
パン	埼玉・アムカ・カナダ	鶏肉	北海道・青森・岩手・鳥取・新潟	小松菜	東京・埼玉	人参	徳島	ちんげんさい	千葉・茨城	もやし	埼玉
麺	埼玉・アムカ・カナダ		埼玉	人参	徳島	大根	千葉・神奈川	ピーマン	茨城	玉葱	北海道
牛乳	埼玉、栃木、北海道など	さば	ノルウエー	大根	千葉・神奈川	長葱	千葉・埼玉	プロッコリー	茨城・埼玉	しょうが	熊本
埼玉県の原乳が不足した場合に他県から補填しています。原乳については、各都道府県が検査し安全確認をおこなっています。		いか	青森	アスパラガス	長崎・佐賀	しいたけ	群馬・岩手	にら	茨城		
		えび	インド	きゃべつ	神奈川・愛知	皮むき里芋	埼玉	にんにく	青森		
		あさり	中国	きゅうり	埼玉・茨城	えのきだけ	長野	パセリ	千葉		