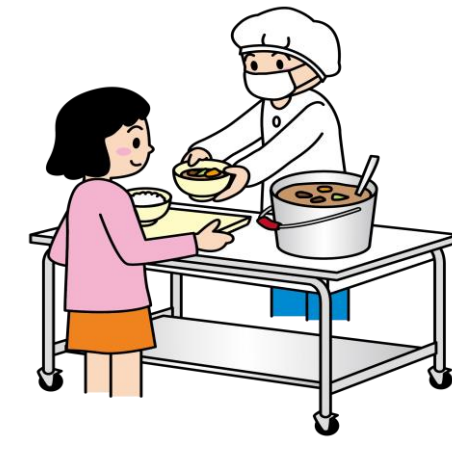





# 4月の予定献立表



北区立豊川小学校

令和6年度

日付	曜日	こんだてめい	おもなざいりょう(3しょくしょくひんぐん(あか・き・みどりのぶるい))			えいようか	
			ちやくになる(あか)	ねつやちからのもとなる(き)	からだのちようしをととのえる(みどり)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
10	水	コーンピラフ ギゆうにゆう	ギゆうにゆう とりにく	こめ あぶら	にんにく しょうが たまねぎ にんじん マッシュルーム コーン さやいんげん	561	17.7
		まめいりトマトスープ	ベーコン いんげんまめ	あぶら	にんにく セロリ にんじん たまねぎ トマト かぶ キャベツ		
		くだもの			バナナ		
11	木	パイパン ギゆうにゆう	ギゆうにゆう	パイパン		670	25.5
		はるのグラタン	とりにく ギゆうにゆう なまクリーム チーズ	あぶら バター こむぎこ パンこ マカロニ	たまねぎ にんじん しめじ アスパラガス パセリ		
		ベーコンとキャベツのスープ	ベーコン	あぶら じゃがいも	セロリ たまねぎ キャベツ		
12	金	おにぎり(ゆかり・わかめ) ギゆうにゆう	ギゆうにゆう わかめ	こめ	しそ	591	30.3
		さけのしおやき はるやさいのおかかあえ	さけ かつおぶし		キャベツ にんじん		
		とんじる	ぶたにく とうふ	あぶら いとこんにやく じゃがいも	にんじん だいこん ねぎ		
15	月	チキンカレーライス ギゆうにゆう	ギゆうにゆう とりにく	こめ あぶら じゃがいも バター こむぎこ	にんにく しょうが セロリ たまねぎ にんじん りんご トマト	615	17.9
		キャベツコールスロー		あぶら さとう	キャベツ にんじん コーン たまねぎ		
		くだもの			いちご		
16	火	ごはん ギゆうにゆう なのはなたまごやき	ギゆうにゆう とりにく たまご	こめ あぶら	にんじん たまねぎ ねぎ ほうれんそう	592	25.7
		ひじきのにも	ひじき あぶらあげ だいず	あぶら さとう	にんじん		
		しんたまねぎとなまあげのみそしる	なまあげ		たまねぎ こまつな		
17	水	ごもくうどん ギゆうにゆう	ギゆうにゆう とりにく かまぼこ あぶらあげ	うどん	にんじん こまつな	591	21
		さつまいもてんぷら		さつまいも こむぎこ ベーキングパウダー あぶら			
		きゅうりとだいこんのあまぜあえ		さとう ごまあぶら	きゅうり だいこん		
18	木	ごはん ギゆうにゆう	ギゆうにゆう	こめ		575	23.7
		とうふのちゅうかごもくに	ぶたにく とうふ	あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	しょうが にんにく にんじん ほししいたけ たけのこ ねぎ たら チンゲンサイ		
		パンサンスー		はるさめ さとう ごまあぶら	もやし にんじん きゅうり		
19	金	せきはん ギゆうにゆう とりにくのからあげ	ギゆうにゆう とりにく あずき	こめ もちごめ くるごま さとう でんぶん こむぎこ あぶら	しょうが にんにく	642	25.8
		きんぴらごぼう  にゅうがく・しんきゅう おいおいきゅうしょく	さつまあげ	あぶら しらたき さとう ごまあぶら	ごぼう にんじん		
		おいおいすましじる	とうふ なんと		にんじん ねぎ みずな		
22	月	バターライス ギゆうにゆう とうふいりハンバーグ	ギゆうにゆう とりにく ぶたにく とうふ たまご	こめ バター パンこ あぶら さとう デミグラスソース	パセリ たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム しめじ	575	22.6
		あおなとコーンのソテー		あぶら	キャベツ コーン こまつな		
		オニオンスープ	ベーコン	あぶら じゃがいも	セロリ たまねぎ にんじん		
23	火	たけのこごはん ギゆうにゆう	ギゆうにゆう とりにく あぶらあげ	こめ さとう	たけのこ にんじん	581	25.7
		じゃがいものそぼろに	とりにく こうりどうふ	あぶら じゃがいも さとう	しょうが にんじん たまねぎ えだまめ		
		とうふとわかめのみそしる	とうふ わかめ		こまつな ねぎ		
24	水	みそラーメン ギゆうにゆう	ギゆうにゆう ぶたにく	ちゅうかめん あぶら	にんにく しょうが にんじん メンマ もやし コーン たら ねぎ	564	25.5
		ししゃものカリカリあげ	ししゃも	こむぎこ でんぶん あぶら			
		しおこんぶキャベツ	しおこんぶ	ごまあぶら	キャベツ きゅうり		
25	木	チリビーンズドック ギゆうにゆう	ギゆうにゆう とりにく だいず チーズ	コッペパン あぶら こむぎこ	にんにく たまねぎ にんじん	577	24.8
		マカロニいりガーリックスープ		あぶら こめマカロニ	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ パセリ		
		フルーツヨーグルト	ヨーグルト	さとう	みかんかん バインかん		
26	金	ごはん ギゆうにゆう さわらのねぎみそやき	ギゆうにゆう さわら	こめ さとう	ねぎ	611	27.4
		うまうまピーマンいため	ぶたにく	しらたき ごまあぶら さとう	ピーマン にんじん		
		けんちんじる	とうふ	いとこんにやく さといも あぶら	ごぼう にんじん だいこん ねぎ ほししいたけ		
30	火	あんかけチャーハン ギゆうにゆう	ギゆうにゆう ぶたにく	こめ あぶら でんぶん	にんにく しょうが ねぎ にんじん ほししいたけ たけのこ ほうきさい	561	21.6
		とうふとあおなのスープ	とりにく とうふ	でんぶん	しょうが にんじん ねぎ チンゲンサイ		
		くだもの			オレンジ		

★天候により、野菜や果物が十分にとれない時などは、給食の献立が変更になる場合があります。

4月10日から



給食はじまります!

