














令和6年度

4月

給食予定献立表

小鹿野町学校給食センター
長若小学校

日 曜	献立名			血や肉、骨や歯に なる食品	からだの調子を ととのえる食品	熱や力のもとに なる食品	1人分 - kcal	たんぱく くしつ g
	主食・パンにつけるもの	牛乳	主菜・副菜					
10 水	しょくパン チョコマーシャル		はるさめスープ チキンナゲット(2こ) あおのりポテト	牛乳 とりにく おから あおのり だっしふんにゅう	にんじん キャベツ チンゲンサイ 長ねぎ ショウガ コーン	米 はるさめ ごまあぶら こむぎこ パンこ さとう じゃがいも マーガリン	591 761	24.2 30.4
11 木	むぎごはん		ポークカレー ナムル とうにゅうプリン	牛乳 ぶたにく とうにゅう	にんじん 玉ねぎ ニンニク もやし こまつな	米 おおむぎ じゃがいも あぶら こむぎこ さとう ごまあぶら ごま	653 793	23.0 27.5
12 金	じごなうどん		きつねうどんじる おこのみやき ツナあえ	牛乳 あぶらあげ とりにく かまぼこ ぶたにく カツオブシ ツナ	にんじん たまねぎ ながねぎ しゅうが ほうれんそう キャベツ	じごなうどん さとう こむぎこ こめこ あぶら ごま	604 745	25.8 33.0
15 月	開校記念日のため、給食なし							
16 火	ごはん ふりかけ(おかか)		こんさいじる さばのみそに いそかあえ	牛乳 ぶたにく あぶらあげ みそ さば のり カツオブシ	にんじん ごぼう こんにゃく ながねぎ ほうれんそう もやし はくさい	米 さつまいも あぶら ごまあぶら さとう	617 777	25.9 32.3
17 水	スクールメロンパン		ポークビーンズ オムレツ グリーンサラダ	牛乳 ぶたにく だいず たまご	にんじん たまねぎ ビーマン トマト ニンニク レタス キャベツ アスパラ コーン	パン じゃがいも オリーブあぶら さとう あぶら	663 784	25.3 29.4
18 木	ごはん		おさかなめんのすましじる とりにくのからあげ きりほしだいこんのいために	牛乳 とうふ たら とりにく さつまあげ ぶたにく	にんじん みつば しゅうが しょうが きりほしだいこん こんにゃく いんげん	米 さとう あぶら かたくりこ でんぶん	612 736	26.5 31.5
19 金	なめし		ぶたにくとあつあげににもの はるさめサラダ オレンジ	牛乳 ぶたにく あつあげ ハム	にんじん だいこんな だいこん こんにゃく ショウガ きゅうり オレンジ	米 さとう あぶら はるさめ ごまあぶら ごま	592 ---	25.6 ---
22 月	ごはん		カレーマポーどうふ しゃんはいばおす(1こ) じゃこわかめサラダ	牛乳 とうふ ぶたにく みそ とりにく ちりめんじゃこ わかめ	にんじん たまねぎ ビーマン ニンニク レタス こんにゃく コーン	米 さとう あぶら かたくりこ こむぎこ パンこ ちゅうかドレッシング ごま	625 779	25.4 31.2
23 火	そぼろごはん		さわらのたったあげ なのはないりおかか和え こめこのクレープ(いちご)	牛乳 とりにく さわら カツオブシ とうにゅう	にんじん えだまめ ショウガ キャベツ なのはな いちご	米 あぶら さとう でんぶん こめこ	642 766	25.0 30.1
24 水	フラワーロール		とうにゅうクラムチャウダー チーズいりハンバーグ ほうれんそうソテー	牛乳 ベーコン あさり とうにゅう とりにく ぶたにく たまご チーズ	にんじん たまねぎ パセリ トマト ほうれんそう コーン	パン じゃがいも こめこ あぶら オリーブあぶら さとう パンこ	644 829	21.8 27.5
25 木	ごはん		なすのみそしる ぶたにくのみそいため ツナマヨネーズあえ	牛乳 あぶらあげ みそ わかめ ぶたにく ツナ	にんじん なす ながねぎ しょうが 玉ねぎ キャベツ ブロッコリー はくさい	米 さとう あぶら かたくりこ ノンエッグマヨネーズ	601 739	25.9 31.4
26 金	ちゅうかめん		しょうゆラーメンじる みそポテト(2こ) さきいかのかみかみあえ	牛乳 ぶたにく なんと みそ いか	にんじん チンゲンサイ ながねぎ メンマ ニンニク だいこん きゅうり	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら じゃがいも こむぎこ さとう ごま	630 801	23.1 27.8
30 火	ごはん		チキンハヤシシチュー えだまめいりコールスロー あまなつみかんゼリー	牛乳 とりにく ハム	にんじん たまねぎ トマト しめじ セロリー ニンニク キャベツ コーン えだまめ あまなつ	米 こむぎこ あぶら ノンエッグマヨネーズ コードレッシング さとう	611 740	23.7 28.3

*材料等の都合により、献立内容が変更になる場合があります。

入学・進級おめでとう 

ご入学・ご進級おめでとうございます。
今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一同取り組んでまいり
ます。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。

