

平成31年4月予定献立

おのすみれ

日	曜	おひる	おやつ	主な食品名	未 以	エネルギー	蛋白質	脂質	食塩 相当	
1	月	歌舞伎揚げ 牛乳 ほうれん草のごま和え オレンジ	餃子	餃子 ほうれん草 人参 もやし		575	28.6	18.5	0.7	
						571	30.6	14.5	0.8	
2	火	えびせん 牛乳 かじきのトマトソース煮 トマト	チーズおかき	めかじき 生巻 トマトホール缶 人参		536	20.8	13.3	1.6	
						526	20.3	20.5	1.6	
3	水	ハッピーターン 牛乳 切り干し大根のコールスローサラダ	ハーベスト	マヨネーズ 切り干し大根 きゅうり キャベツ		584	19.2	20.7	1.1	
						593	18.8	18.3	1.3	
4	木	ビスコ 牛乳 スタミナ焼き	さつま芋煮しパン	豚肉 葱 人参 にら トマト きゅうり		550	16.9	18.8	2.1	
						513	15.4	15	2.5	
5	金	*入園式* ミニパン 牛乳	菱わかめ ばかうけ	鶏ひき肉 南瓜 ビーマン 人参		242	8.6	10.8	0.6	
						304	10.7	13.4	0.7	
6	土	ミニパン 牛乳 パナナ		ミニパン 牛乳 パナナ		203				
						248				
7	日									
8	月	玄米小丸 牛乳 切り干し大根の炒め煮	肉まん	切り干し大根 人参 さつま揚げ 鶏胸肉 いんげん		643	21.5	21.5	2.3	
						683	21.4	20.4	2.7	
9	火	卵ボーロ 牛乳 スパゲティサラダ オレンジ	ハンバーグ	豚挽き肉 玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ		616	25.9	20.6	1.6	
						640	26.3	19.4	2.2	
10	水	オレンジ 牛乳 しゃきしゃきサラダ みそ汁	みたらし団子	もやし 卵 パン粉 生姜 葱		522	18.8	19.7	1.5	
						534	18.3	19.1	1.8	
11	木	ばかうけ 牛乳 筑前煮 ひじきサラダ トマト	たこやき	鶏肉 筍水餃 人参 いんげん 里芋 生姜		579	18.7	21.5	1.3	
						607	18.2	20.4	1.5	
12	金	塩きゅうり 牛乳 鶏のから揚げ	プリン	干しひじき ツナ缶 マヨネーズ きゅうり		492	20.8	15.4	1	
						503	20.8	13.5	1.1	
13	土	ミニパン 牛乳 パナナ		鶏肉 生姜 小松菜 カニ缶詰		203				
						248				
14	日									
15	月	アスパラ菓子 牛乳 カレー 浅漬け トマト	バナナ 歌舞伎揚げ	豚肉 にんじん 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ		656	17	29.1	1.6	
						670	15.5	28.4	1.8	
16	火	ソフトサラダ 牛乳 炒り豆腐 グレープフルーツ	コーンフレーク	コーン缶 グリンピース レモン きゅうり		564	24	19.5	2	
						558	24.7	16.9	2.7	
17	水	梅の香 牛乳 しらすと きゅうりの酢の物	ポイルウインナー	鶏ひき肉 卵 豆腐 人参 葱 スキムミルク		578	17.6	23	1	
						612	16.9	23	1.1	
18	木	菱わかめ 牛乳 ポテトサラダ つるるんスープ	レーズンパン	ウインナー 卵 じゃが芋 人参 きゅうり		604	21.9	21.1	1.4	
						651	22.3	20.7	1.5	
19	金	チーズおかき 牛乳 魚のパーベキュー味 パナナ	ホットケーキ	マヨネーズ 春雨 にら みかん缶		597	16.9	23.7	0.5	
						623	15.9	23	0.7	
20	土	ミニパン 牛乳 パナナ		豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 コーン缶		203				
						248				
21	日									
22	月	バナナ 牛乳 ステーキソース 炒め煮	カルシウムせん 玄米小丸	豚肉 にんじん 玉ねぎ じゃが芋 きゅうり		587	20.3	20.4	1.7	
						601	20	19.8	2.1	
23	火	味しらべ 牛乳 ひじきの炒め煮	豆乳ロールパン	大豆水煮 ハヤシルウ グリンピース		580	21.7	18.2	2.8	
						608	22.2	17.1	3.4	
24	水	トマト 牛乳 即席漬け みそ汁	ヨーグルト	鶏ひき肉 干しひじき 人参 油揚げ 大根		508	15.8	17.5	2.1	
						531	14.6	16.1	2.7	
25	木	チョイス 牛乳 吉野煮	ロールカステラ	豚肉 じゃが芋 人参 生姜 鶏胸肉 もやし		562	18.5	20	1.9	
						579	18.1	18.3	2.5	
26	金	星たべよ 牛乳 キーマカレー スープ	ふかし芋	米 豚挽き肉 玉ねぎ コーン缶 きゅうり		577	21	18.6	1.9	
						591	21	16.3	2.2	
27	土	ミニパン 牛乳 パナナ		取りひき肉 豆腐 葱 人参 生姜 にら		203				
						248				
28	日									
29	月		*昭和の日*							
30	火		*退位の日*							
*都合により献立が変更になる場合があります。						平日	558	19.7	20.1	1.5
						平均	575	19.6	18.7	1.8

25日 (木)
おたんじょうび会
ご飯はいりません

『給食の役割』

- ①健やかな健康と成長
- ②豊かな心を育てる
- ③社会性を養う



今月の目標
あいさつを
きちんとしよう!