

4月予定献立表

舟橋村立舟橋小学校

	主食	牛乳	こんだて	使用している食品					
				【赤】血や肉や骨をつくる		【緑】体の調子を整える		【黄】熱や力になる	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群
10月	ごはん	○	とりのてりやき いそあえ みそしる	あつあげ みそ とりにく	ぎゅうにゅう のり	にんじん こまつな	たまねぎ ねぎ もやし キャベツ	ごはん さとう じゃがいも でんぷん	
11火	わかめ ごはん	○	メンチカツ なばなあえ すましじる おいわいいちごジュレ	とうふ かまぼこ ぎゅうにく ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん なばな こまつな	えのきたけ いちご たまねぎ ねぎ とうもろこし キャベツ クランベリー	ごはん さとう パンこ こむぎこ	あぶら ロード
12水	ごはん	○	えびシューマイ ナムル マーボーどうふ	ぶたにく あかみそ たい とうふ えび	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが にんにく ねぎ ほししいたけ もやし たけのこ きゅうり たまねぎ	ごはん さとう でんぷん パンこ こむぎこ	あぶら ごまあぶら ごま ロード
13木	ごはん	○	さかなのマヨネーズやき おひたし おやこに	さけ とりにく あつあげ みそ たまご	ぎゅうにゅう こなチーズ	にんじん ほうれんそう	たまねぎ しめじ キャベツ もやし	ごはん さとう こんにゃく じゃがいも	ノンエッグマヨネーズ
14金	こめこ パン	○	ウインナー ピーナッツあえ クリームシチュー きよみオレンジ	とりにく ウインナー	ぎゅうにゅう だしぶんじゅう なまクリーム	にんじん こまつな アスパラガス	たまねぎ とうもろこし キャベツ きよみオレンジ	パン こめこ さとう こむぎこ じゃがいも	あぶら ピーナッツ
17月	ごはん	○	ショウロンボウ だいこんサラダ ホイコーロウ ヨーグルト	ぶたにく あかみそ	ぎゅうにゅう わかめ ヨーグルト	にんじん ピーマン	にんにく キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ きゅうり しょうが だいこん	ごはん さとう はるさめ こむぎこ でんぷん	あぶら ごまあぶら ロード
18火	まめじゃこ ごはん	○	いかのかりんあげ こんにゃくサラダ みそしる	たいす かつおぶし うすあげ みそ いか	ぎゅうにゅう しらす	にんじん フロッコリー あおな	ごぼう キャベツ はくさい きゅうり えのきたけ	ごはん さとう じゃがいも でんぷん こんにゃく	あぶら ごまあぶら ごま
19水	ごはん	○	あげざかなのレモンあじ マカロニサラダ レタススープ こんぶふりかけ	ベーコン ホキ	ぎゅうにゅう こんぶ のり	にんじん	たまねぎ レモン とうもろこし キャベツ フリルレタス きゅうり	ごはん さとう でんぷん マカロニ	あぶら ノンエッグマヨネーズ ごま
20木	ごはん	○	さばのみそに ゆかりあえ ぶたじる	ぶたにく あつあげ みそ さば	ぎゅうにゅう	にんじん あかじそ	だいこん しょうが ねぎ きゅうり キャベツ	ごはん さとう こんにゃく でんぷん じゃがいも	
21金	しょく パン	○	ハンバーグケチャップソース ビーンズサラダ ワンタンスープ いちごジャム	ベーコン しろいんげんまめ ぎゅうにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん フロッコリー	もやし ほししいたけ ねぎ いちご キャベツ たまねぎ	パン さとう ワンタン パンこ	ごま マーガリン
22土	はつがげ んまい ごはん	○	カレーライス ゆでたまご コールスローサラダ	ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ とうもろこし	ごはん はつがげんまい じゃがいも	あぶら ノンエッグマヨネーズ
24月			ふりかえきゅうぎょうび						
25火	ごはん	○	ぶたにくのしょうがやき チーズポテト みそしる	あつあげ みそ ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん こまつな	だいこん ねぎ しょうが たまねぎ	ごはん さとう じゃがいも	あぶら
26水	ごはん	○	ほたるいかのからあげ こりこりあえ にくじゃが	ぶたにく ほたるいか	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん	たまねぎ きゅうり だいこん	ごはん さとう こんにゃく じゃがいも	あぶら ごまあぶら ごま
27木	たけのこ ごはん	○	いわしのうめ ごまあえ しらたまじる	うすあげ とりにく とうふ	ぎゅうにゅう いわし	にんじん フロッコリー	たけのこ きゅうり しいたけ うめ ねぎ もやし キャベツ	ごはん さとう しらたまだんご でんぷん	ごま
28金	ごはん	○	きびなごのカリカリフライ コーンあえ ポークビーンズ	ぶたにく たいす	ぎゅうにゅう きびなご	にんじん こまつな	にんにく キャベツ たまねぎ とうもろこし セロリ しょうが	ごはん さとう じゃがいも みずあめ でんぷん	あぶら

※ 学校の行事等や作物の収穫状況によって献立を変更することがありますのでご了承ください。