



# 4月 給食献立予定表



嵐山町学校給食センター

日	曜日	献立名(こんだてめい)		食品名			栄養量	
		のみのもの	主食 おかず(主菜・副菜)	エネルギーの もとになる食品	体をつくる もとになる食品	体のちようしをととのえる もとになる食品	エネルギー kcal	たんぱく質 g
10	金	牛乳	ごはん ホイコーロー はるさめスープ アーモンドフィッシュ(中)	ごはん ごまあぶら あぶら きびざとう かたくりこ はるさめ	ぎゅうにゅう どうふ ぶたにく みそ とりにく いとかまぼこ アーモンドフィッシュ	しょうが ねぎ にんにく たまねぎ にんじん チンゲンサイ キャバツ ピーマン	小学校 594 中学校 757	24.8 32.0
13	月	牛乳	うぐいすあげパン クロワッサン(小4~6年・中) やさしいスープに ごぼうサラダ(ドレッシングあえ)	クロワッサン ジャがいも コッパン あぶら ごまドレッシング きびざとう	ぎゅうにゅう うぐいすきなこ きなこ ベーコン ツナフレーク ウインナー	にんじん パセリ かぶ ごぼう たまねぎ きゅうり キャバツ	633 793	21.0 24.8
14	火	牛乳	ごはん ひじきごはんのぐ とりにくのみそやき ワンタンスープ	ごはん あぶら きびざとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく みそ ひじき あぶらあげ	にんじん にんにく ほししいたけ たまねぎ こんにゃく キャバツ もやし にら セロリ さやいんげん	636 782	27.4 32.6
15	水	牛乳	ねぎしおぶたどん(ごはん) にらまんじゅう(中) やさいたまごスープ ソフトクリームヨーグルト	ごはん あぶら かたくりこ ごまあぶら	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく わかめ にらまんじゅう ベーコン ソフトクリームヨーグルト	にんにく レモン にんじん キャバツ たまねぎ しめじ もやし ねぎ	633 810	25.9 33.3
16	木	牛乳	わかめラーメン(ホットちゅうかめん) にくまん ツナとひじきのサラダ (てづくりドレッシング)	ホットちゅうかめん あぶら ごまあぶら きびざとう にくまん	ぎゅうにゅう なた ぶたにく ひじき やきぶた ツナフレーク わかめ	にんにく もやし ねぎ しょうが コーン たまねぎ にんじん チンゲンサイ キャバツ きゅうり	596 765	24.3 29.5
17	金	牛乳	ごはん さわらのさいきょうあげ はるキャバツのおひたし (クラスしょうゆ)(かつおぶし) とんじる	ごはん あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう みそ さわらのさいきょうあげ かつおぶし ぶたにく とうふ	こまつな キャバツ ねぎ にんじん こんにゃく もやし ごぼう	597 768	23.7 30.8
20	月	牛乳	ごはん はるまき とうふのちゅうかに	ごはん あぶら きびざとう かたくりこ	ぎゅうにゅう どうふ はるまき ぶたにく なた	しょうが たまねぎ にんにく ほししいたけ にんじん のらぼうな	700 874	21.9 26.9
21	火	牛乳	ごはん メバルのにんにくバターしょうゆ しんじゃがのそぼろに	ごはん ジャがいも あぶら きびざとう バター	ぎゅうにゅう メバルでんぶんつき ぶたにく	レモン さやいんげん にんにく にんじん たまねぎ	622 785	22.0 28.4
22	水	牛乳	みそそぼろごはん(ごはん) のらぼうなのおいおいすましじる おいおいチョコクレープ	ごはん きびざとう チョコクレープ	ぎゅうにゅう どうふ ぶたにく ちらしかまぼこ とりにく みそ たまご	にんじん こまつな たまねぎ ねぎ しょうが さやいんげん だいこん	656 791	23.8 29.3
23	木	牛乳	おはなみごもくうどん(じごなうどん) ちくわのいそべあげ(小1・中2) きよみオレンジ	じごなうどん あぶら はなふ はくりきこ	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ ちらしかまぼこ あぶらあげ あおのり きざみこんぶ	にんじん こまつな だいこん しょうが ほししいたけ ねぎ きよみオレンジ	602 769	23.4 29.8
24	金	のむ ヨーグルト	カレーライス(むぎごはん) あつやきたまご(中) ナムル(ドレッシングあえ)	むぎごはん じゃがいも あぶら かんこくナムルドレッシング	のむヨーグルト スキムミルク ぶたにく シュレッドチーズ ぎゅうにゅう あつやきたまご ぶたレバーチップ	にんにく りんご しょうが もやし たまねぎ きゅうり にんじん こまつな	663 875	19.4 27.9
27	月	牛乳	メンチカツサンド(こどもパンスライス) [メンチカツ(クラスソース) キャバツソテー クリームシチュー(てづくりルウ)]	こどもパンスライス あぶら こむぎこ じゃがいも バター	ぎゅうにゅう なまクリーム シュレッドチーズ とりにく メンチカツ スキムミルク	キャバツ たまねぎ にんじん パセリ	680 888	26.3 33.3
28	火	牛乳	ごはん たけのごはんのぐ さばのみそに じゃがもちだんご みそラーメン(ホットちゅうかめん) こもちしゃもフリッター(小1・中2) こんにゃくサラダ(ドレッシングあえ)	ごはん あぶら きびざとう いももちだんご ホットちゅうかめん きびざとう ごまあぶら 玉ねぎドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく なた あぶらあげ さばのみそに ぎゅうにゅう	にんじん だいこん フレッシュたけのこ ごぼう ほししいたけ こんにゃく さやえんどう にんにく キャバツ きゅうり しょうが もやし コーン にんじん サラダこんにゃく たまねぎ にら ねぎ	638 788 592 793	26.1 31.1 23.7 30.2



今月の嵐山町産  
農産物



【 実施回数14回 (小学1年8回・幼稚園なし) 】

※材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

※箸は毎日持っていきましょう。

※給食の魚は骨取りではないので、気を付けて食べましょう。



### ★おしらせ★

小学校1年生の給食は20日から始まります。

16・17日は練習給食です。

16日:デニッシュペストリー・牛乳

17日:ロールパン・牛乳

モリモリ食べて大きくなろう!

えいようきょうゆ たむら  
栄養教諭の田村 です。

1年間 よろしく  
お願い  
します。

