




# 4月分予定献立表



こんだてめい					おもなしょくざいりょう			たんぱく質 (g) エネルギー (Kcal)	びこう	こんだてについて	
日	曜日	しゅしょく つけるもの	ぎゅう にゅう	しょく ぎ	おかず	おもにエネルギーの もとになるしょくひん	おもにからだをつくる もとになるしょくひん				おもにからだの ちようしをととのえる もとになるしょくひん
11	月	カレーライス	○	スフ	はるキャベツとコーンのサラダ (フレンチドレッシング) でこぼん	こめ あぶら じゃがいも ドレッシング	ぶたもも ぎゅうにゅう	にんにくしょうが たまねぎ にんじん りんご はるキャベ ツ コーン でこぼん	17.2 635	でこぼんのたべ のこしはしかくい フライヤーにもど します。	ごにゅうがく ごしんきゅう <b>御入学・御進級</b> おめでとうございます。
進級祝い(しんきゅういわい)					はるやさいのポトフ ポテトミートグラタン おいわいこうはくゼリーポンチ	シュガークッペパン あ ぶら じゃがいも さとう ドレッシング	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたもも チーズ ヨー グルトゼリー	セロリー にんにくたまねぎ にんじん はるキャベツ かぶ マッシュルーム トマト みか ん(缶) パイナップル もも	23.7 681	グラタンのたべのこ しはしょっかんに、 カップはしかくいフ ライヤーにもどしま す。	
12	火	シュガークッペ	○	スフ	はるやさいのポトフ ポテトミートグラタン おいわいこうはくゼリーポンチ	シュガークッペパン あ ぶら じゃがいも さとう ドレッシング	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたもも チーズ ヨー グルトゼリー	セロリー にんにくたまねぎ にんじん はるキャベツ かぶ マッシュルーム トマト みか ん(缶) パイナップル もも	23.7 681	グラタンのたべのこ しはしょっかんに、 カップはしかくいフ ライヤーにもどしま す。	12日(火)進級祝い 人気メニューのグラタンと紅白のゼ リーの入ったゼリーポンチで新しい学 年に進級したお祝いをします。
花見(はなみ)					のらぼうのみそしる さわらのこうみやき しんたけのこことこんにやくのとさに さくらもち	こめ あぶら さとう さく らもち	バナメイび あぶらあ げ ぎゅうにゅう あか みそ しろみそ さわら かつおぶし	にんじん ほしいたけ えだ まめ はるキャベツ のらぼう なしょうが こんにやく たけの こ	29.2 601	さくらもちのたべのこ しはしょっかんに、 ふくろはビニールぶ くろにもどします。	
13	水	ちらしずし (すくなめ)	○	は	のらぼうのみそしる さわらのこうみやき しんたけのこことこんにやくのとさに さくらもち	こめ あぶら さとう さく らもち	バナメイび あぶらあ げ ぎゅうにゅう あか みそ しろみそ さわら かつおぶし	にんじん ほしいたけ えだ まめ はるキャベツ のらぼう なしょうが こんにやく たけの こ	29.2 601	さくらもちのたべのこ しはしょっかんに、 ふくろはビニールぶ くろにもどします。	
14	木	クロワッサン	○	スフ	はるやさいのトマトスープ ローストチキン はくとう缶(かん)	クロワッサン じゃがい も さとう あぶら	ぎゅうにゅう ベーコン とりもも	にんにく ぶなしめじ にんじ ん たまねぎ はるキャベツ セ ロリー パセリ トマトしょうが もも	24.4 642		
15	金	ごはん	○	スフ	マーボー豆腐 チンゲンサイとはるさめのサラダ (パンパンジードレッシング) パイナップル缶(かん)	こめ あぶら さとう ごま あぶら でんぷん はる さめ ドレッシング	ぎゅうにゅう とうふ ぶ たもも あかみそ	しょうが にんにく ねぎ たけ のこ にんじん チンゲンサイ パイナップル	26.7 630		
入学祝い(にゅうがくいわい)					さくらのかきたまじる まだいのおしおやき のらぼうのりあえ (きざみのり)(わふうドレッシング) おいわいデザート	こめ もちごめ あぶら ろごま でんぷん ゼ リー ドレッシング	ささげ ぎゅうにゅう た まご ちらしかまぼこ ま だいのり	みつば ねぎ のらぼうな は るキャベツ	27.9 595	デザートにはスプ ーンがつきます。 デザートのとべのこ しはしょっかんに、 カップはビニールぶ くろにもどします。	13日(水)花見 昔「稲の神様が宿る木」とされた桜の 花が咲くと、山から神様がおりてきて、 人々といっしょにごちそうを食べ、豊作 を願ったという言い伝えがあります。そ の後、平安時代の貴族が桜の下で宴 をもよおし、それが江戸時代になると 全国に広まり、今のお花見の形になり ました。いづれよく詰めたお花見弁当 も持っています。ちらしずしやふくさ ずし、焼き魚、竹の子の煮物、桜もちな どがごちそうです。
18	月	せきはん	○	は	さくらのかきたまじる まだいのおしおやき のらぼうのりあえ (きざみのり)(わふうドレッシング) おいわいデザート	こめ もちごめ あぶら ろごま でんぷん ゼ リー ドレッシング	ささげ ぎゅうにゅう た まご ちらしかまぼこ ま だいのり	みつば ねぎ のらぼうな は るキャベツ	27.9 595	デザートにはスプ ーンがつきます。 デザートのとべのこ しはしょっかんに、 カップはビニールぶ くろにもどします。	
19	火	よもぎむしパン	○	は	きつねうどん ちくわのいそべあげ(全学年1本) はくさいとこまつなのおひたし (ノンオイルドレッシング)	よもぎむしパン あぶら こむぎここめ しろご ま	ぎゅうにゅう あぶらあ げ わかめ ちくわ あお のり	ねぎ こまつな はくさい	21.5 571	むしパンのかみは、 パンばこにもどしま す。	13日(水)花見 昔「稲の神様が宿る木」とされた桜の 花が咲くと、山から神様がおりてきて、 人々といっしょにごちそうを食べ、豊作 を願ったという言い伝えがあります。そ の後、平安時代の貴族が桜の下で宴 をもよおし、それが江戸時代になると 全国に広まり、今のお花見の形になり ました。いづれよく詰めたお花見弁当 も持っています。ちらしずしやふくさ ずし、焼き魚、竹の子の煮物、桜もちな どがごちそうです。
野遊び(のあそび)					はるやさいのみそしる ぎんざけのつけやき きよみオレンジ	こめ あぶら さとう じゃ がいも	あぶらあげ ぎゅうにゅう わかめ しろみそ あ かみそ ぎんざけ	にんじん たけのこ たまねぎ はるキャベツ かぶ のらぼう なしょうが きよみオレンジ	25.9 574	オレンジのとべのこ しはしかくいフ ライヤーにもどしま す。	
20	水	たけのごはん	○	は	はるやさいのみそしる ぎんざけのつけやき きよみオレンジ	こめ あぶら さとう じゃ がいも	あぶらあげ ぎゅうにゅう わかめ しろみそ あ かみそ ぎんざけ	にんじん たけのこ たまねぎ はるキャベツ かぶ のらぼう なしょうが きよみオレンジ	25.9 574	オレンジのとべのこ しはしかくいフ ライヤーにもどしま す。	13日(水)花見 昔「稲の神様が宿る木」とされた桜の 花が咲くと、山から神様がおりてきて、 人々といっしょにごちそうを食べ、豊作 を願ったという言い伝えがあります。そ の後、平安時代の貴族が桜の下で宴 をもよおし、それが江戸時代になると 全国に広まり、今のお花見の形になり ました。いづれよく詰めたお花見弁当 も持っています。ちらしずしやふくさ ずし、焼き魚、竹の子の煮物、桜もちな どがごちそうです。
21	木	パンズパン	○	スフ	チキンクリームスープ かじきのケチャップソース せんぎりキャベツのサラダ (マヨネーズ)	まるパン あぶら こむ ぎこ パター でんぷん マヨネーズ	ぎゅうにゅう とりむね クリーム めかじき	にんじん たまねぎ パセリ しょうが にんにく はるキャベ ツ	28.3 646	パンにかじきとサ ラダをはさんでた べます。	
22	金	ごはん (のりつくだに)	○	は	はくさいとこまつなのみそしる とりのからあげ じゃがいものうまに	こめ あぶら でんぷん じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう しろみそ あかみそ とりもも ぶた もも さつまあげ のり	こまつな はくさい しょうが に んじん たまねぎ さやいんげ ん	29.8 645		18日(月)、20日(水)の献立について の説明は裏面になります。
25	月	ごはん	○	は	ちゅうかふうスープ いかのチリソース チンジャオロースー	こめ あぶら ごまあぶ ら でんぷん こめ さ とう	ぎゅうにゅう やきぶた たまご いか ぶたもも	チンゲンサイ たけのこ にん じん ねぎ しょうが たまねぎ にんにく ピーマン	28.8 622		

こ ん だ て め い					お も な し ょ く ぎ い り ょ う			たんぱくしつ (g) エネルギー (Kcal)	びごう	こ ん だ て に つ い て	
日	曜日	しゅしよく つけるもの	ぎゅう にゅう	しよつ きぐ	おかず	おもにエネルギーの もとになるしよくひん	おもにからだをつくる もとになるしよくひん				おもにからだの ちようしをとのえる もとになるしよくひん
26	火	バターロール	○	スフ	むぎいりミネストローネ カップオムレツ アーモンドサラダ (ソイドレッシング)	バターロール じゃがい も おおむぎ バター アーモンドドレッシン グ	ぎゅうにゅう ペーコン たまご ぶたもも クリー ム	にんにくにんじん たまねぎ セロリー トマト マッシュル ーム はるキャベツ コーン	25.3 606	オムレツのたべのこ しはしょっかんに、 カップはしかくいフ ライヤーにもどしま す。	18日(月) 入学祝い 赤飯や鯛、桜の形のかまぼこが入 ったかきたま汁、お祝いデザートで入学 をお祝いします。鯛は卵を産む4月にな ると桜色になります。その美しさを楽し みこの時期の鯛を「桜鯛」とよびます。
石川県(いしかわけん)の郷土料理(きょうどりょうり)											
27	水	ごはん	○	は	ゆばとわかめのすましじる ぶりのてりやき じぶに	こめ あぶら さとう でん ぶん くるまふ	ぎゅうにゅう ゆば わか め ぶり とりもも	えのきたけ しょうが たけの こ にんじん しいたけ こん にやく こまつな	29.5 584		
28	木	とうにゅうパン	○	スフ	ポークシチュー はるキャベツとアスパラのサラダ (たまねぎドレッシング) でこぼん	とうにゅうパン あぶら こむぎこ ドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたもも	にんにく たまねぎ にんじん トマト はるキャベツ アスパラ ガス でこぼん	21.6 552	でこぼんのたべ のこしはしかくい フライヤーにもど します。	

\* しよつきぐの「ス」はスプーン、「フ」はフォーク、「は」は箸を使用します。

\* 材料の都合で献立が変更になる場合があります。

\* 2~6年生の4月分の給食費の引き落とし日は5月2日(月)です。納め忘れ  
ないよう御注意ください。

\* 平成28年度の口座振替日は次のとおりです。

5月2日(月)、6月1日(水)、7月1日(金)、8月1日(月)、9月1日(木)、10月3日(月)、11月1日(火)、12月1日(木)、1月4日(水)、2月1日(水)、3月1日(水)

ふっさしの へいきんえいようか	エネルギー 613 キロカロリー	たんぱくしつ 25.7 グラム
--------------------	------------------------	-----------------------

# 安全・安心な給食を子どもたちに！

学校給食では、子どもたちの健やかな成長のため、栄養バランスのとれたおいしい食事を提供しています。また、郷土料理や行事食、地場産物などを活用し、地域の食文化や伝統を子どもたちに伝えていきます。

さらに、調理の時には手洗いや温度管理などの衛生管理を徹底し、安全・安心な給食の提供に努めています。



20日(水) 野遊び  
うらかな春の陽気が楽しめるころ、「野遊び」という行事が各地で行われます。重箱にごちそうを詰めて、野に出かけ、自然の中で食事をいただき、花や野草を摘んで遊んで過ごします。野遊びにちなんで、たけのこ御飯や春野菜のみそ汁など春を感じる献立にします。



27日(水) 石川県の郷土料理  
「治部煮」とは、鴨や鶏の肉に粉をまぶし、季節の野菜やお麩などと一緒にご煮込んだ料理です。材料を「じぶじぶ」と煎りつけるように煮ることからこう呼ばれたそうです。

4月が旬の食材  
鱈、桜鯛、新玉ねぎ、新じゃがいも、春キャベツ、三つ葉、たけのこ、菜の花、のらぼう菜、でこぼん、清見オレンジ

