



# 4月学校給食献立表



※小学校名を入力してください

小学校

日	曜	献立名		血や肉、骨になる		体の調子を整える		熱や力になる		エネルギー		
		主食	牛乳	赤色の食品		緑色の食品		黄色の食品		たんぱく質	脂質	
8	水	さくらすしごはん	おはなみちらし とりにくとやさいのてりあえ ふかしのみそしる	牛乳 うすあげ かまぼこ 鶏卵	鶏肉 ふかし 絹ごし豆腐 みそ	にんじん 赤ピーマン 黄ピーマン こまつな	干しいたけ れんこん えだまめ たまねぎ	えのきたけ きゅうり しょうが りんご キャベツ	桜すし飯 大豆油 三温糖 サラダ油 片栗粉 じゃがいも	白飯 サラダ油 三温糖 カレーパウダー 片栗粉 じゃがいも	619 26 20 給食開始	Kcal g g
9	木	ごはん	ウインターのケチャップがらめ ツナサラダ スープカレー	牛乳 ウインター まぐろフレーク 鶏肉	ウインター まぐろフレーク 鶏肉	にんじん トマト水煮 かぼちゃ さいやいんげん	ねぎ しょうが りんご キャベツ	きゅうり しょうが りんご キャベツ	白飯 サラダ油 三温糖 カレーパウダー 片栗粉 じゃがいも	白飯 サラダ油 三温糖 カレーパウダー 片栗粉 じゃがいも	630 23 23	Kcal g g
10	金	ごはん	さばのみそに こんにやくのピリから さわにわん	牛乳 さば みそ さつまあげ	豚肉 さば みそ	にんじん 青ピーマン 糸みつば しょうが	ねぎ こんにやく ごぼう たけのこ	干しいたけ えのきたけ	白飯 ごま油 三温糖 サラダ油 ごま	白飯 ごま油 三温糖 サラダ油 ごま	615 23 23	Kcal g g
13	月	ごはん	しろみざかなフライ タルタルサラダ だいごのみそしる	牛乳 ホキ 鶏卵 卵スプレッド	うすあげ みそ 大豆ペースト	にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ	だいご しめじ ねぎ	しょうが たけのこ	白飯 大豆油 小麦粉 マヨネーズ パン粉 三温糖	白飯 大豆油 小麦粉 マヨネーズ パン粉 三温糖	616 24 21	Kcal g g
14	火	ごはん	ハンバーグ マカロニサラダ ふのみそしる	牛乳 豚肉 鶏肉 牛肉	大豆たんぱく まぐろフレーク あつあげ みそ 大豆ペースト	にんじん たまねぎ こまつな たまねぎ きゅうり	キャベツ コーン えのきたけ	キャベツ コーン	白飯 マカロニ パン粉 やきふ 三温糖 サラダ油 片栗粉	白飯 マカロニ パン粉 やきふ 三温糖 サラダ油 片栗粉	608 28 17 1年生給食開始	Kcal g g
15	水	ごはん	だいちとらすのごまからめ にくじやが きよみオレンジ	牛乳 しらす 大豆 豚肉	鶏卵	にんじん こんにやく さいやいんげん きよみオレンジ たまねぎ	こんにやく えのきたけ	白飯 じゃがいも 片栗粉 大豆油 三温糖 ごま 水あめ サラダ油	白飯 じゃがいも 片栗粉 大豆油 三温糖 ごま 水あめ サラダ油	602 22 17	Kcal g g	
16	木	ごはん	ヤンニョムチキン パンサンサー コーンたまごスープ	牛乳 鶏肉 ベーコン 豆腐	鶏卵	にんじん たまねぎ チンゲンサイ きゅうり キャベツ	たまねぎ コーン しめじ	キャベツ	白飯 大豆油 片栗粉 ごま 三温糖 ごま油 緑豆春雨	白飯 大豆油 片栗粉 ごま 三温糖 ごま油 緑豆春雨	608 26 18	Kcal g g
17	金	むぎごはん	カレーライス フルーツヨーグルト	牛乳 鶏肉 チーズ ヨーグルト	鶏卵	にんじん にんにく トマト水煮 みかん缶 しょうが	にんにく たまねぎ 黄桃缶 パイン缶	にんにく たまねぎ	むぎ飯 マスカットゼリー じゃがいも サラダ油 小麦粉 カレーパウダー いちごゼリー バター	むぎ飯 マスカットゼリー じゃがいも サラダ油 小麦粉 カレーパウダー いちごゼリー バター	688 20 19	Kcal g g
20	月	わかめごはん	オイマヨグラタン キャベツのみそしる	牛乳 チーズ 鶏肉 わかめ	うすあげ 大豆ペースト みそ	にんじん たまねぎ ブロッコリー たまねぎ キャベツ	ねぎ たまねぎ	白飯 ごま 三温糖 サラダ油 小麦粉 マヨネーズ じゃがいも	白飯 ごま 三温糖 サラダ油 小麦粉 マヨネーズ じゃがいも	613 24 21	Kcal g g	
21	火	ごはん	とりにくのこうそうパンこやき アーモンドサラダ ポークビーンズ	牛乳 鶏肉 豚肉 大豆	大豆ペースト	にんじん トマト缶 たまねぎ にんにく キャベツ	バジル きゅうり レモングラス ローズマリー キャベツ	きゅうり	白飯 白いんげん豆 三温糖 小麦粉 バター パン粉 オリーブ油 サラダ油 じゃがいも アーモンド	白飯 白いんげん豆 三温糖 小麦粉 バター パン粉 オリーブ油 サラダ油 じゃがいも アーモンド	660 29 22	Kcal g g
22	水	ごはん	ギョーザ もやしのナムル ジャジャンどうふ	牛乳 ギョウザ 糸かまぼこ あつあげ	豚肉 みそ	にんじん こまつな もやし たまねぎ しょうが	たけのこ にんにく 干しいたけ ねぎ しょうが	にんにく	白飯 ごま油 三温糖 片栗粉 大豆油	白飯 ごま油 三温糖 片栗粉 大豆油	664 24 26	Kcal g g
23	木	コッペパン	ラザニア やさいのスープに ミックスジャム	牛乳 豚肉 牛肉 大豆たんぱく	チーズ 鶏肉	にんじん たまねぎ トマト缶 ブロッコリー にんにく	たまねぎ しめじ	たまねぎ	コッペパン じゃがいも サラダ油 三温糖 ジャム ファルファッレ 小麦粉 バター	コッペパン じゃがいも サラダ油 三温糖 ジャム ファルファッレ 小麦粉 バター	630 27 24	Kcal g g
24	金	ごはん	ししゃもてんぷら とうふとベーコンのサラダ かやくうどん	牛乳 ししゃも 豆腐 ベーコン	鶏肉 うすあげ	にんじん ほうれんそう キャベツ きゅうり	たまねぎ にんにく しょうが ねぎ	にんにく	白飯 三温糖 小麦粉 うどん 米粉 大豆油 ごま油	白飯 三温糖 小麦粉 うどん 米粉 大豆油 ごま油	600 24 20	Kcal g g
27	月	ごはん	フライドチキン ハムサラダ コーンチャウダー おさかなふりかけ ちくわのかわりあげ しおやきそば とうふとたまごのスープ	牛乳 鶏肉 ロースハム ベーコン	魚ふりかけ	にんじん たまねぎ ブロッコリー コーン パセリ キャベツ	たまねぎ コーン	たまねぎ	白飯 じゃがいも 生クリーム 小麦粉 米粉 片栗粉 大豆油 三温糖 サラダ油	白飯 じゃがいも 生クリーム 小麦粉 米粉 片栗粉 大豆油 三温糖 サラダ油	640 28 20	Kcal g g
28	火	ゆかりごはん	あじのみそチーズやき はりはりあえ じゃがいものみそしる いちごのフル	牛乳 焼きちくわ 豚肉 かつお節 鶏卵	青のり粉 ベーコン	にんじん たまねぎ 青ピーマン チンゲンサイ しょうが	たまねぎ もやし キャベツ	たまねぎ もやし	ゆかり飯 ごま 小麦粉 大豆油 中華めん サラダ油 片栗粉	ゆかり飯 ごま 小麦粉 大豆油 中華めん サラダ油 片栗粉	632 23 23	Kcal g g
29	水	昭和の日										
30	木	ごはん	あじのみそチーズやき はりはりあえ じゃがいものみそしる いちごのフル	牛乳 鰹 みそ チーズ	しお昆布 うすあげ 大豆ペースト	にんじん こまつな 切り干し大根 きゅうり	たまねぎ えのきたけ ねぎ	たまねぎ えのきたけ	白飯 ごま油 三温糖 じゃがいも いちごババロア	白飯 ごま油 三温糖 じゃがいも いちごババロア	603 26 16	Kcal g g

※都合により献立の内容を一部変更する場合があります。  
 ※主な食材料名は、食品の栄養的な働きにより、赤、緑、黄のグループに分けて記載してあります。  
 ●は、野々市市の地場産物を使用する予定です。

野々市市小学校給食センター



毎日の給食を更新中です。ぜひご覧ください。

