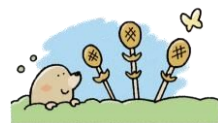



# 4月 給食献立表



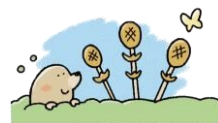
小学校

Bブロック

門屋学校給食センター

日 (曜)	献立	主に体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	主に体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	主にエネルギーになる 炭水化物、脂質を多く含む	調味料	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) カルシウム (mg)	備考
11 (木)	米飯 減量			米		601 24.6 390	給食が始まります
	牛乳	牛乳					
	厚焼卵	鶏卵		砂糖 植物油			
	大豆の磯煮	ひじき 豚肉 大豆	にんじん こんにゃく	大豆油 砂糖	かつおだし 醤油		
	みそ汁	油揚げ 豆腐 わかめ みそ	たまねぎ 根深ねぎ	じゃがいも	かつおだし		
12 (金)	米飯			米		698 21.9 355	ポークカレーを味わおう
	ポークカレー	豚肉 チーズ スキムミルク	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん りんご	大豆油 じゃがいも 生クリーム	塩 とんこつスープ 赤ワイン こしょう チャツネ カレールウ カレー粉 トマトケチャップ 中濃ソース フィッシュカルシウム		
	牛乳	牛乳					
	春キャベツのサラダ		新キャベツ きゅうり とうもろこし	サラダ油 砂糖	酢 塩 こしょう		
	福神漬		だいこん なす きゅうり れんこん	砂糖	醤油 酢		
15 (月)	減量食パン			パン		641 25.1 335	春の献立「春のポトフ」
	牛乳	牛乳					
	メンチカツ	豚肉	たまねぎ	でんぷん パン粉 小麦粉 大豆油			
	春のポトフ	鶏肉 ウインナー	にんじん たまねぎ グリーンアスパラガス 新キャベツ	じゃがいも	スープストック こしょう 塩 とんこつスープ		
	豆乳プリン	豆乳	いちご	砂糖	ゲル化剤		
16 (火)	米飯 減量			米		665 23.7 504	中華料理を食べよう
	牛乳	牛乳					
	麻婆豆腐	豚肉 豆腐 みそ	にんにく 生姜 にんじん たけのこ しいたけ たまねぎ 根深ねぎ	大豆油 砂糖 でんぷん ごま油	中華スープの素 酒 オイスターソース 醤油 赤唐辛子粉		
	パンサンスー	ハム 錦糸卵	キャベツ きゅうり ほうれん草	春雨	中華ドレッシング		
	黄桃 (缶)		黄桃				
17 (水)	米飯 減量			米		646 28.5 388	骨や歯を丈夫にする食べ物「さけ」
	牛乳	牛乳					
	さけの塩焼き	さけ		サラダ油 大豆油			
	切干大根の煮物	油揚げ	切干大根 にんじん こんにゃく	砂糖	かつおだし 醤油 みりん		
	豚汁	豚肉 豆腐 みそ	大根 大根葉 ごぼう 葉ねぎ		かつおだし		
18 (木)	減量黒砂糖ロールパン			パン 黒砂糖		628 23.7 414	しっかり手を洗おう
	牛乳	牛乳					
	オムレツ	鶏卵 鶏肉 豚肉	たまねぎ 人参	パン粉 大豆油			
	野菜のクリーム煮	鶏肉 チーズ 牛乳 スキムミルク	にんじん たまねぎ しめじ 白菜 とうもろこし	大豆油 じゃがいも 小麦粉 マーガリン	スープストック 塩 こしょう とんこつスープ		
	ゼリー		みかん いちご	砂糖	ゲル化剤		
19 (金)	米飯 減量			米		574 23.1 369	いろいろな具材を食べよう「おでん」
	牛乳	牛乳					
	おでん	豚肉 昆布 さつまあげ 生揚げ	こんにゃく 大根	砂糖 じゃがいも	かつおだし 醤油 みりん		
	おひたし		ほうれん草 キャベツ にんじん		醤油 かつおだし		
	小女子の佃煮	小女子		水あめ 砂糖	醤油		
22 (月)	麦入り米飯			米 麦		640 23.8 467	ふるさと給食「黒半べんのフライ」 
	ふりかけ				かつおごまふりかけ		
	牛乳	牛乳					
	黒半べんのフライ	黒半べん		小麦粉 パン粉 大豆油	フィッシュカルシウム		
	春キャベツの即席漬け	塩昆布	新キャベツ	ごま	塩		
	静岡の実だくさん汁	豚肉 豆腐 みそ	大根 しめじ 小松菜 にんじん 葉ねぎ		かつおだし		
23 (火)	ソフトめん			ソフトめん		629 26.1 405	めんを上手に食べよう
	ミートソース	豚肉 牛肉 チーズ スキムミルク	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト りんご グリンピース	大豆油 小麦粉 マーガリン 生クリーム	赤ワイン 中濃ソース チャツネ スープストック とんこつスープ トマトケチャップ 塩 こしょう フィッシュカルシウム		
	牛乳	牛乳					
	海藻サラダ	ひじき わかめ 茎わかめ とさかのり	きゅうり キャベツ		和風玉葱ドレッシング		
	ヨーグルト	ヨーグルト					

# 4月 給食献立表



小学校

Bブロック

門屋学校給食センター

日 (曜)	献立	主に体を作る	主に体の調子を整える	主にエネルギーになる	調味料	エネルギー (kcal)	備考
		たんぱく質、無機質を多く含む	カロテン、ビタミンCを多く含む	炭水化物、脂質を多く含む		たんぱく質 (g)	
24 (水)	米飯 減量			米		608 28.1 339	魚を食べよう 「さわらの西京焼き」
	牛乳	牛乳					
	さわらの西京焼き	さわら みそ		砂糖 大豆油			
	茎わかめサラダ	茎わかめ	きゅうり キャベツ とうもろこし	ごま	ごまドレッシング		
	かき玉汁	豆乳入り白つみれ 豆腐 鶏卵	にんじん たまねぎ ほうれん草	でんぷん	かつお節 昆布だし 薄口醤油 塩		
25 (木)	米飯 減量			米		615 21.8 298	豚肉の栄養を知ろう 「酢豚」
	牛乳	牛乳					
	酢豚	豚肉	生姜 たけのこ にんじん しいたけ たまねぎ ピーマン	でんぷん 大豆油 砂糖	酒 醤油 フィッシュカルシウム 塩 中華スープの素 オイスターソース トマトケチャップ 酢		
	春雨スープ	鶏肉	えのきたけ 白菜 チンゲンサイ もやし 根深ねぎ	春雨 でんぷん	とりがらスープ スープストック 塩 こしょう 醤油		
	フルーツよせ		パインアップル みかん 黄桃				
26 (金)	減量ミルク食パン	スキムミルク		パン		633 25.5 498	春においしい食べ物 「玉ねぎ」
	牛乳	牛乳					
	ハンバーグ	鶏肉 豚肉	たまねぎ マッシュルーム	大豆油 砂糖	デミグラスソース ウスターソース トマトケチャップ		
	ポテトサラダ	ハム	キャベツ きゅうり とうもろこし	じゃがいも マヨネーズ	塩 こしょう		
	オニオンスープ	ベーコン	にんじん たまねぎ しめじ パセリ		とりがらスープ 酒 スープストック 塩 こしょう 薄口醤油		
30 (火)	米飯 減量			米		646 28.4 381	食感を楽しもう 「リャンパン」
	牛乳	牛乳					
	焼き豆腐の中華煮	焼き豆腐 豚肉 ちくわ	にんじん たけのこ しいたけ もやし チンゲンサイ	大豆油 砂糖 でんぷん	醤油 中華スープの素 オイスターソース		
	リャンパン	ハム	レタス キャベツ きゅうり	春雨	中華ドレッシング		
	しゅうまい	豚肉	たまねぎ	パン粉 でんぷん 小麦粉			



学校給食の情報やレシピを  
ホームページに掲載しています。  
ぜひご利用ください！



※製造過程で混入する可能性があるもの

**【米】**

- ① 賤機南小・井宮北小  
⇒小麦、大豆等
- ② 上記以外の学校  
⇒えび、小麦、卵、ごま、大豆、鶏肉、豚肉等

**【めん】**

卵、そば

**【パン】**

- ① 番町小・新通小  
⇒くるみ、卵、落花生、アーモンド、オレンジ、ごま、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、りんご、ゼラチン等
- ② 賤機南小・井宮北小  
⇒卵、大豆、りんご等
- ③ ①・②記以外の学校  
⇒くるみ、卵、落花生、アーモンド、オレンジ、カシューナッツ、ごま、大豆、豚肉、もも、りんご、ゼラチン等

※食材の使用については今後更に安全確認に努めていきます。

※魚には小骨が残っていることがあるため、食べる時は注意しましょう。  
※記載されている栄養価は3、4年生の数値です。

★主食のコンタミネーションにつきましては、学校によって異なります。  
詳しく知りたい方は、門屋学校給食センター(TEL 207-8050)までお問合わせください。

★静岡市の学校給食センターや小中学校の給食室では調理員を募集しています。詳しく知りたい方は、学校給食課までお問合わせください。

イラスト出典:「新食育ブック」