

<中学校> 4月 基本献立予定表



献立名		栄養価			
ごはん パン	牛乳	おかず	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
赤飯	○	鶏肉のレモン煮 おひたし かきたま汁 お祝いデザート 【入学お祝い】	949	34.2	27.3
米パン	○	ハンバーグトマトソースかけ ジャーマンポテト キャベツのスープ	820	37.1	30.0
チキンカレー	○	福神漬け 海藻サラダ ヨーグルト	904	27.2	23.2
ごはん	○	えびしゅうまい ナムル マーボー豆腐	946	38.7	29.9
ピビンバ丼	○	トマト入り卵スープ アセロラゼリー	824	32.6	20.0
ごはん	○	あじの南蛮漬け 磯香あえ 根菜汁	813	32.9	19.4
米パン	○	スパゲティナポリタン イタリアンスープ	846	36.5	25.1
発芽玄米入りご飯	○	厚焼き卵 変わりきんぴら 豚汁	832	30.7	19.5
おとんのヌタミナ丼	○	ゆで野菜 はとむぎ入りレタスと卵のスープ 【地場産物の日】	766	32.3	18.1
ごはん	○	シシャモフライ ゆでキャベツ 五目豆 みそ汁	849	28.5	22.6
麦ごはん	○	小山産納豆 ピリ辛肉じゃが かきたま汁	876	35.0	23.6
ドライカレーサンド	○	野菜スープ フルーツポンチ	753	28.0	26.8
ごはん	○	白身魚の酢豚風 オイキムチ チンゲン菜のスープ	798	31.6	20.0

毎月8日は「おやまわ食の日」

小山市では毎月8日を「わ食」の日と決めました。
学校給食では地場産物を使った和食の献立とはとむぎ茶を提供しています。

