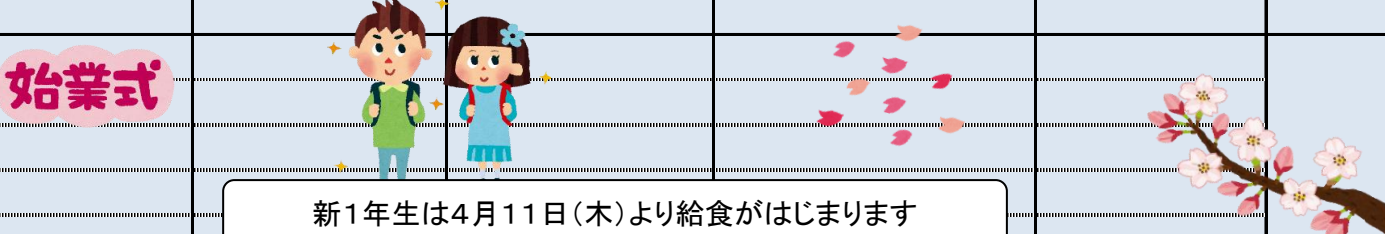

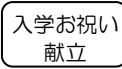




ひ に ち	よ う び	こんだてめい	おもなざいりょう			そのた ちようみりょう	エネルギー(kcal) たんぱくしつ(g) ししつ(g) えんぶん(g)	しっかりたべよう あさごはん		
			あ か	きいろ	みどり			あか	きいろ	みどり
			おもにからだをつくる もとなる	おもにエネルギーの もとなる	おもにからだのちようしを ととのえるもとなる					
1	月	春休み								
2	火	春休み								
3	水	春休み								
4	木	春休み								
5	金	春休み								
8	月	始業式 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 新1年生は4月11日(木)より給食がはじまります </div>							
9	火	メンチカツサンド ぎゅうにゅう ABCパスタのスープ	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう ベーコン	コッペパン あぶら パンこ こむぎこ かたくりこ さとう じゃがいも マカロニ	キャベツ たまねぎ たまねぎ にんじん スッキーニ パプリカ	ちゅうのうソース しお こしょう スープストック しお こしょう	601kcal 23.9g 20.5g 2.9g			
10	水	ごはん  ぎゅうにゅう さけのごまふうみゆき もやしのごうみいため なまあげのみそしる	ぎゅうにゅう さけ ぶたにく なまあげ	ごはん ごま あぶら	しょうが にんにく もやし チンゲンサイ にんじん こまつな しめじ	しょうゆ みりん さけ トウバンジャン しょうゆ みりん しお にほし みそ	616kcal 32.5g 17.2g 2.1g			
11	木	むぎごはん ぎゅうにゅう ポークカレー こんにゃくサラダ アセロラゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく	むぎごはん あぶら じゃがいも	にんにく たまねぎ にんじん りんご キャベツ きゅうり にんじん コーン	あかワイン カレーこ カレールウ ケチャップ ウスターソース こしょう わふうドレッシング	694kcal 18.3g 19.7g 2.2g			
12	金	せきはん  ぎゅうにゅう とりのからあげ ごまあえ なるとのすましじる さくらゼリー	ささげ ごま ぎゅうにゅう とりにく ごま なると	ごはん もちごめ あぶら こめこ かたくりこ さとう	しょうが にんにく キャベツ きゅうり かんぴょう えのき にんじん にら さくらんぼ レモン	しお しょうゆ さけ しょうゆ かつおぶし しょうゆ しお	685kcal 29.0g 19.0g 2.2g			

☆おうちでも『はやね・はやおき・あさごはん』をいしきて、すごしましょう。たべたえいようのところに○をつけましょう☆

※1人1回あたりの学校給食摂取基準は、エネルギー650kcal・たんぱく質24.0g・脂質19.0g・塩分2.5g未満です。

※献立は、入荷等の都合で変更になる場合がございます。

※現在、間々田東小学校給食共同調理場では、ベーコン、ウィンナー、ハム、なると、かまぼこ、ちくわ、パン粉、カレールウ、その他の調味料類は、卵・乳・ナッツ・えび・かに不使用のものを使用しています。





ひ に ち	よ う び	こんだてめい	おもなざいりょう			そのた ちようみりょう	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) しじつ(g) えんぶん(g)	しっかりたべよう あさごはん		
			あ か	きいろ	みどり			あか	きいろ	みどり
			おもにからだをつくる ものになる	おもにエネルギーの ものになる	おもにからだのちようしを ととのえるものになる					
15	月	ごはん		ごはん			645kcal 22.2g 13.8g 2.6g			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		ハンバーグトマトソース	とりにく ぶたにく	あぶら かたくりこ さとう	たまねぎ にんじん しょうが マッシュルーム トマト	ケチャップ ウスターソース しょうゆ あかワイン しお				
		こぶきいも	のり	じゃがいも		しお こしょう				
		ジュリエンスープ	ベーコン		キャベツ たまねぎ にんじん セロリ パセリ	スープストック しょうゆ しお こしょう				
16	火	チーズこめパン	チーズ	こめパン			587kcal 24.6g 19.7g 3.0g			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		やきそば	ぶたにく のり	あぶら ちゅうかめん	にんじん たまねぎ キャベツ	ウスターソース やきそばソース こしょう				
		ごもくスープ	ハム	あぶら さとう かたくりこ はるさめ	にんじん たまねぎ たけのこ チンゲンサイ	ガラスープ しょうゆ しお こしょう				
17	水	わかめごはん		ごはん		わかめごはん	663kcal 23.4g 17.7g 2.8g			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		しろみざかなフライ	ほき	あぶら パンこ こむぎこ かたくりこ		しお				
		きりぼしだいこん	あぶらあげ	あぶら さとう	きりぼしだいこん にんじん しいたけ	しょうゆ				
		ぐたくさんみそしる		じゃがいも	だいこん にんじん ねぎ	にほし みそ				
18	木	おとんどん わ食の日	ぶたにく	ごはん あぶら しらたき ごま さとう	にんにく しょうが しいたけ たまねぎ には	しょうゆ みりん	623kcal 25.7g 19.0g 2.0g			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		おひたし	かつおぶし		こまつな もやし にんじん	しょうゆ みりん				
		はとむぎいり レタスとたまごのスープ	たまご ベーコン	はとむぎ かたくりこ ごまあぶら	にんじん レタス	スープストック しょうゆ しお こしょう				
19	金	むぎごはん		ごはん むぎ			690kcal 26.7g 19.8g 2.1g			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		マーボー豆腐	とうふ ぶたにく	あぶら さとう かたくりこ はるさめ	にんじん たまねぎ ねぎ エリンギ グリーンピース にんにく しょうが	みそ しょうゆ コチジャン トウバンジャン				
		シューマイ	ぶたにく	ごまあぶら かたくりこ こむぎこ さとう パンこ	たまねぎ しょうが	しょうゆ しお				
		パンサンスー		はるさめ さとう ごまあぶら	にんじん きゅうり もやし	しょうゆ す				
22	月	ごはん		ごはん			711kcal 32.0g 24.2g 2.5g			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		たらのマヨネーズやき	たら		たまねぎ パセリ	ノンエッグマヨネーズ しお こしょう				
		だいすのいそに	ひじき だいす あぶらあげ	あぶら こんにゃく さとう	にんじん	しょうゆ				
		とりだんごじる	とりにく	あぶら かたくりこ	しょうが ねぎ ごぼう にんじん だいこん たまねぎ	にほし みそ しょうゆ しお こしょう				
23	火	メープルトースト	ぎゅうにゅう	しょくパン		メープルトーストのもと	611kcal 22.4g 16.4g 2.6g			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		くきわかめサラダ	くきわかめ		キャベツ にんじん コーン	たまねぎドレッシング				
		チキンピーズ	とりにく だいす	オリーブオイル じゃがいも	にんにく にんじん たまねぎ トマト	ケチャップ スープストック しお こしょう				
		レモンゼリー		さとう	レモン					
24	水	ごはん		ごはん			666kcal 27.3g 21.8g 2.1g			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		ぶたにくのしょうがいため	ぶたにく	あぶら さとう	しょうが にんじん たまねぎ ピーマン	さけ しょうゆ				
		のりあえ	のり		こまつな はくさい	しょうゆ みりん				
		キャベツのみそしる	あぶらあげ		キャベツ じんじん	にほし みそ				
25	木	ごはん		ごはん			678kcal 24.4g 17.2g 2.0g			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		モロとじゃがいもの ちゅうかソース	モロ	あぶら じゃがいも こめこ かたくりこ ごまあぶら	しょうが ねぎ	しょうゆ す				
		ワンタンスープ	ぶたにく	ワンタン	しいたけ にんじん には もやし	ガラスープ しょうゆ しお こしょう				
		みかんゼリー		さとう	みかん					
26	金	ハヤシライス	ぶたにく	ごはん あぶら じゃがいも	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム	ハヤシルウ ケチャップ ウスターソース あかワイン	728kcal 22.6g 20.4g 2.1g			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		クルトンいりサラダ		クルトン	にんじん きゅうり キャベツ コーン	イタリアンドレッシング				
		とちぎけんさんヨーグルト	ヨーグルト							
30	火	いちごこめパン		こめパン	いちご		590kcal 24.8g 19.1g 2.8g			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		ツナとトマトの スパゲッティ	ツナ	さとう	にんにく たまねぎ マッシュルーム トマト	ケチャップ スープストック しろワイン しお こしょう				
		かくぎりやさいスープ	ベーコン	じゃがいも	にんじん キャベツ コーン パセリ	しょうゆ かつおだし				

☆おうちでも『はやね・はやおき・あさごはん』をいしきて、すごしましょう。たべたえいようのところに○をつけましよう☆

※1人1回あたりの学校給食摂取基準は、エネルギー650kcal・たんぱく質24.0g・脂質19.0g・塩分2.5g未満です。

※献立は、入荷等の都合で変更になる場合がございます。

※現在、間々田東小学校給食共同調理場では、ベーコン、ウィンナー、ハム、なると、かまぼこ、ちくわ、パン粉、カレールウ、その他の調味料類は、卵・乳・ナッツ・えび・かに不使用のものを使用しています。

