

<小学校> 4月 基本献立予定表

小山市教育委員会



献立名			栄養価				行事等	
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		食塩相当量 g
		○	おひたしはと麦入りレタスのかきたま汁	624	28.5	16.8	1.9	【わ食の日】
		○	のり和え 田舎汁	599	22.7	16.5	2.0	【有機栽培米】
		○	鶏肉の唐揚げ ごま和え すまし汁 お祝いゼリー	690	29.1	19.8	2.0	【入学お祝い】 【米粉】
		○	ポークカレー フルーツポンチ	693	18.6	17.1	1.5	
		○	ハンバーグトマトソースがけ 粉ふきいも とうもろこしスープ	664	23.0	18.7	2.2	
		○	焼きそば 角切り野菜スープ	613	24.5	19.6	2.9	
		○	白身魚のマヨネーズ焼き 昆布漬け 豚汁	640	26.4	20.7	2.0	
		○	マーボー豆腐 しゅうまい 中華和え	684	28.7	21.0	2.0	
		○	ゆでキャベツ ジャーマンスープ アセロラゼリー	610	21.6	24.7	3.2	
		○	海藻サラダ ヨーグルト	727	22.9	20.9	2.3	
		○	鮭のごま風味焼き 変わりきんぴら キャベツのみそ汁	605	26.8	15.9	2.0	
		○	ナポリタン 野菜スープ	585	24.7	17.7	2.6	
		○	厚焼卵 切り干し大根の煮物 具だくさんみそ汁	628	20.9	17.5	2.8	
		○	きびなごフライ 大豆の磯煮 小松菜と豆腐のみそ汁	644	24.4	20.1	2.1	【有機栽培米】
		○	スタミナ焼き 即席漬け じゃがいものみそ汁	605	25.5	14.8	2.4	
		○	ポークビーンズ ゆで野菜サラダ レモンゼリー	693	24.9	22.8	2.4	
		○	鶏肉の照焼 小松菜とじゃこの炒め物 豆腐とわかめのみそ汁	580	26.2	15.5	2.0	
		○	ゆでキャベツ かんぴょう入りミネストローネ	577	23.1	19.0	2.8	