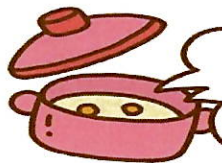


この日に給食があります



4月の南犬立



4/6(月)	4/7(火)	4/8(水)	4/9(木)	4/10(金)
鶏肉ときのこのクリーム煮風(鶏肉)	カツオカツ(小麦・大豆)	トマトソースハンバーグ(小麦・乳・牛肉・大豆・鶏肉・りんご)	ホイコーロー(小麦・ごま・大豆・豚肉・りんご)	ポテトコロッケ(小麦・乳・大豆・鶏肉)
キャバツとコーンの和え物(小麦・大豆・さば)	大根のそぼろかけ(乳・小麦・大豆・鶏肉)	厚焼玉子(卵・小麦・大豆)	しゅうまい(小麦・豚肉・大豆)	オムレツ(小麦・卵・大豆)
お星さまコロッケ(小麦・大豆・鶏肉・豚肉)	やきさつまいも	たこウイナー(牛肉・鶏肉・豚肉)	ブロッコリー	ウイナー(豚肉・大豆・牛肉)
にんじんコンソメ煮(小麦・乳・大豆・鶏肉)	キャバツとにんじんのごま和え(乳・小麦・ごま・さば・大豆・鶏肉)	はるさめサラダ(ごま・大豆)	キャバツとコーンの和え物(小麦・さば・大豆)	ほうれん草と桜エビの和え物(えび・小麦・さば・大豆)
おうとう缶(もも)	リンゴ缶(りんご)	みかん缶	パイナップル缶	リンゴ缶(りんご)
ふりかけごはん(小麦・ごま・大豆)	たまごふりかけごはん(卵・乳・小麦・ごま・大豆・鶏肉)	おかかごはん(小麦・さば・大豆)	ゆかりごはん	とうかけんのたいめし(小麦・大豆)
熱量457kcal たんぱく質17.1g 脂質13.4g 炭水化物57.3g 食塩相当量2.4g	熱量441kcal たんぱく質11.1g 脂質17.3g 炭水化物59.6g 食塩相当量1.5g	熱量416kcal たんぱく質12.5g 脂質23g 炭水化物38.2g 食塩相当量1.3g	熱量404kcal たんぱく質10.1g 脂質15g 炭水化物54.6g 食塩相当量1.3g	熱量441kcal たんぱく質12.1g 脂質17.3g 炭水化物59.6g 食塩相当量1.5g
4/13(月)	4/14(火)	4/15(水)	4/16(木)	4/17(金)
とりにくやきとり風(小麦・大豆・鶏肉・りんご)	なすの肉詰めフライ(小麦・卵・大豆・鶏肉・豚肉)	とりのてんぷら(小麦・大豆・鶏肉・りんご)	やさしいりとつくね(小麦・大豆・鶏肉・りんご)	ぎゅうどうぶうに(小麦・乳・牛肉・大豆・さば)
青のリスバゲッティ(小麦・大豆)	きのこのマカロニソテー(小麦・大豆・さば)	青のりポテト(大豆)	厚焼玉子(卵・小麦・大豆)	がんもどき(小麦・乳・ごま・大豆)
はなにんじん(乳・小麦・大豆)	ヤングコーン	ひじきの煮物(乳・小麦・大豆)	野菜炒め(小麦・乳・大豆・鶏肉)	はなにんじん(乳・小麦・大豆)
ほうれん草とコーンの和え物(小麦・さば・大豆)	キンピラ(乳・小麦・大豆・ごま)	枝豆(大豆)	はなにんじん(小麦・乳・大豆)	はるさめサラダ(ごま・大豆)
リンゴ缶(りんご)	おうとう缶(もも)	みかん缶	おうとう缶(もも)	パイナップル缶
たけのこごはん(小麦・大豆・鶏肉・豚肉)	うめちりめん麦ごはん(ごま)	わかめごはん	じゃこごはん(小麦・大豆)	ごまごはん(ごま)
熱量460kcal たんぱく質23.6g 脂質11g 炭水化物62.4g 食塩相当量1.3g	熱量367kcal たんぱく質7g 脂質11.5g 炭水化物57g 食塩相当量1.5g	熱量409kcal たんぱく質9.6g 脂質11.8g 炭水化物64g 食塩相当量2.4g	熱量344kcal たんぱく質11g 脂質11.2g 炭水化物58.6g 食塩相当量1.4g	熱量398kcal たんぱく質9.4g 脂質13.9g 炭水化物58.1g 食塩相当量1.8g
4/20(月)	4/21(火)	4/22(水)	4/23(木)	4/24(金)
鶏しんじょ(小麦・卵・乳・大豆・鶏肉・豚肉・やまいも)	えびフライ(小麦・卵・乳・えび・大豆)	チキンカツ(小麦・大豆・鶏肉)	さわらのてりやき(小麦・大豆)	ギョーザ(小麦・卵・乳・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)
えびフリッター(えび・小麦・卵・乳・大豆)	れんこんキンピラ(小麦・乳・大豆)	野菜のカレーソテー(鶏肉・大豆)	高野豆腐(小麦・乳・大豆)	やきそば(小麦・大豆・豚肉・りんご)
はなにんじん(小麦・乳・大豆)	ケチャップソテー(大豆)	にんじんコンソメ煮(小麦・乳・大豆・鶏肉)	竹輪のもの(小麦・乳・大豆)	野菜のカレーいため(鶏肉・大豆)
ツナワカメ和え(小麦・さば・大豆)	枝豆(大豆)	ミニポテト(大豆)	キャバツと桜エビの和え物(えび・小麦・大豆・さば)	ブロッコリーごまあえ(ごま)
リンゴ缶(りんご)	おうとう缶(もも)	パイナップル缶	みかん缶	おうとう缶(もも)
青菜ちりめん麦ごはん(ごま・大豆)	たまごふりかけごはん(卵・乳・小麦・ごま・大豆・鶏肉)	ゆかりごはん	ふりかけごはん(小麦・ごま・大豆)	おかかごはん(小麦・さば・大豆)
熱量360kcal たんぱく質11g 脂質12.1g 炭水化物49.1g 食塩相当量1.6g	熱量374kcal たんぱく質9.4g 脂質12.7g 炭水化物53.1g 食塩相当量1g	熱量425kcal たんぱく質9.5g 脂質17g 炭水化物57g 食塩相当量2.1g	熱量361kcal たんぱく質14.4g 脂質8.2g 炭水化物56.7g 食塩相当量0.6g	熱量404kcal たんぱく質10.2g 脂質9.5g 炭水化物67.5g 食塩相当量1g
4/27(月)	4/28(火)	4/29(水)	4/30(木)	
ぶたどんぶうに(小麦・乳・豚肉・大豆・さば)	ぶたにくのしょうがやき(小麦・乳・オレンジ・大豆・豚肉)	<p>昭和の日</p>	チキンナゲット(小麦・卵・乳・大豆・鶏肉・ゼラチン)	
やきさつまいも	ちくわのいそべあげ(小麦・大豆)		ナポリタン(小麦・大豆)	
しゅうまい(小麦・大豆・豚肉)	はるさめサラダ(ごま・大豆)		青のりポテト(大豆)	
はなにんじん(乳・小麦・大豆)	グリーンアスパラ		キャバツのツナ和え(小麦・さば・大豆)	
みかん缶	パイナップル缶		おうとう缶(もも)	
ごまごはん(ごま)	たまごふりかけごはん(卵・乳・小麦・ごま・大豆・鶏肉)		そぼろ麦ごはん(小麦・大豆・鶏肉)	
熱量443kcal たんぱく質11.7g 脂質16.9g 炭水化物60g 食塩相当量1.6g	熱量431kcal たんぱく質11.6g 脂質17.9g 炭水化物52.1g 食塩相当量0.8g		熱量398kcal たんぱく質12.1g 脂質14.1g 炭水化物53.4g 食塩相当量2g	

今月のおすすめ

旬のお魚 しらす(ちりめん) えび
 えびはカルシウムがとても豊富。
 100gあたりで2,000mgと非常に多く含まれています。
 その量は、牛乳の18倍にもなります。
 旬の食材 たけのこ

今月の行事

4/10 駅弁の日 とうかけんのたいめし
 4月10日は駅弁の日です。駅弁屋東華軒の名物、鯛めしを入れました。
 長きにわたってたくさんの方に食べていただいた自慢の味です。

