



4月学校給食献立表



野々市 小学校

日	曜	献立名		血や肉、骨になる		体の調子を整える			熱や力になる		エネルギー	
		主食	牛乳	赤色の食品		緑色の食品			黄色の食品		たんぱく質	脂質
8	水	さくらすしごはん	牛乳	おはなみちらし とりにくとやさいのてりあえ ふかしのみそしる	牛乳 鶏肉 うすあげ ふかし かまぼこ 絹ごし豆腐 鶏卵 みそ	にんじん 干しいたけ えのきたけ 赤ピーマン れんこん 黄ピーマン えだまめ こまつな たまねぎ	桜すし飯 大豆油 三温糖 サラダ油 片栗粉 じゃがいも	白飯 サラダ油 三温糖 カレールウ 片栗粉 じゃがいも	619 Kcal	26 g	20 g	給食開始
9	木	ごはん	牛乳	ウィンナーのケチャップがらめ ツナサラダ スープカレー	牛乳 ウィンナー まぐろフレーク 鶏肉	にんじん にんにく きゅうり トマト水煮 しょうが りんご かぼちゃ たまねぎ キャベツ さいりげん	白飯 サラダ油 三温糖 カレールウ 片栗粉 じゃがいも	白飯 サラダ油 三温糖 カレールウ 片栗粉 じゃがいも	630 Kcal	23 g	23 g	
10	金	ごはん	牛乳	さばのみそに こんにやくのピリから さわにわん	牛乳 豚肉 さば みそ さつまあげ	にんじん ねぎ 干しいたけ 青ピーマン こんにやく えのきたけ 糸みつば ごぼう しょうが たけのこ	白飯 ごま油 三温糖 サラダ油 ごま	白飯 ごま油 三温糖 サラダ油 ごま	615 Kcal	23 g	23 g	
13	月	ごはん	牛乳	しるみざかなフライ タルタルサラダ だいこんのみそしる	牛乳 うすあげ ホキ みそ 鶏卵 大豆ペースト 卵スプレッド	にんじん だいこん キャベツ しめじ きゅうり ねぎ たまねぎ	白飯 大豆油 小麦粉 マヨネーズ パン粉 三温糖	白飯 大豆油 小麦粉 マヨネーズ パン粉 三温糖	616 Kcal	24 g	21 g	
14	火	ごはん	牛乳	ハンバーグ マカロニサラダ ふのみそしる	牛乳 大豆たんぱく 豚肉 まぐろフレーク 鶏肉 あつあげ 牛肉 みそ 大豆ペースト	にんじん キャベツ こまつな コーン たまねぎ えのきたけ きゅうり	白飯 マカロニ パン粉 やきふ 三温糖 サラダ油 片栗粉	白飯 マカロニ パン粉 やきふ 三温糖 サラダ油 片栗粉	608 Kcal	28 g	17 g	1年生給食開始
15	水	ごはん	牛乳	だいちとらすのごまからめ にくじゃが きよみオレンジ	牛乳 しらす 大豆 豚肉	にんじん こんにやく さいりげん きよみオレンジ たまねぎ	白飯 じゃがいも 片栗粉 大豆油 三温糖 ごま 水あめ サラダ油	白飯 じゃがいも 片栗粉 大豆油 三温糖 ごま 水あめ サラダ油	602 Kcal	22 g	17 g	
16	木	ごはん	牛乳	ヤンニョムチキン パンサンサー コーンたまごスープ	牛乳 鶏卵 鶏肉 ベーコン 豆腐	にんじん たまねぎ チンゲンサイ きゅうり コーン キャベツ しめじ	白飯 大豆油 片栗粉 ごま 三温糖 ごま油 緑豆春雨	白飯 大豆油 片栗粉 ごま 三温糖 ごま油 緑豆春雨	608 Kcal	26 g	18 g	
17	金	むぎごはん	牛乳	カレーライス フルーツヨーグルト	牛乳 鶏肉 チーズ ヨーグルト	にんじん にんにく トマト水煮 たまねぎ みかん缶 黄桃缶 しょうが パイン缶	むぎ飯 マスカットゼリー じゃがいも サラダ油 小麦粉 カレールウ いちごゼリー バター	むぎ飯 マスカットゼリー じゃがいも サラダ油 小麦粉 カレールウ いちごゼリー バター	688 Kcal	20 g	19 g	
20	月	わかめごはん	牛乳	オイマヨグラタン キャベツのみそしる	牛乳 うすあげ チーズ 大豆ペースト 鶏肉 みそ わかめ	にんじん ねぎ ブロッコリー たまねぎ キャベツ	白飯 ごま 三温糖 サラダ油 小麦粉 マヨネーズ じゃがいも	白飯 ごま 三温糖 サラダ油 小麦粉 マヨネーズ じゃがいも	613 Kcal	24 g	21 g	
21	火	ごはん	牛乳	とりにくのこうそうパンこやき アーモンドサラダ ポーグピーズ	牛乳 大豆ペースト 鶏肉 豚肉 大豆	にんじん バジル きゅうり トマト缶 レモングラス たまねぎ ローズマリー にんにく キャベツ	白飯 白いんげん豆 三温糖 小麦粉 バター パン粉 オリーブ油 サラダ油 じゃがいも アーモンド	白飯 白いんげん豆 三温糖 小麦粉 バター パン粉 オリーブ油 サラダ油 じゃがいも アーモンド	660 Kcal	29 g	22 g	
22	水	ごはん	牛乳	ギョーザ もやしのナムル ジャジャンどうふ	牛乳 豚肉 ギョウザ みそ 糸かまぼこ あつあげ	にんじん たけのこ にんにく こまつな 干しいたけ もやし ねぎ たまねぎ しょうが	白飯 ごま油 三温糖 片栗粉 大豆油	白飯 ごま油 三温糖 片栗粉 大豆油	664 Kcal	24 g	26 g	
23	木	コッペパン	牛乳	ラザニア やさいのスープに ミックスジャム	牛乳 チーズ 豚肉 鶏肉 牛肉 大豆たんぱく	にんじん たまねぎ にんにく トマト缶 しめじ ブロッコリー にんにく	コッペパン じゃがいも サラダ油 三温糖 ジャム ファルファッレ 小麦粉 バター	コッペパン じゃがいも サラダ油 三温糖 ジャム ファルファッレ 小麦粉 バター	630 Kcal	27 g	24 g	
24	金	ごはん	牛乳	ししやもてんぶら とうふとベーコンのサラダ かやくうどん	牛乳 鶏肉 ししやも うすあげ 豆腐 ベーコン	にんじん たまねぎ にんにく ほうれんそう キャベツ しょうが きゅうり ねぎ	白飯 三温糖 小麦粉 うどん 米粉 大豆油 ごま油	白飯 三温糖 小麦粉 うどん 米粉 大豆油 ごま油	600 Kcal	24 g	20 g	
27	月	ごはん	牛乳	フライドチキン ハムサラダ コーンチャウダー おさかなふりかけ ちくわのかわりあげ しおやきそば とうふとたまごのスープ	牛乳 魚ふりかけ 鶏肉 ロースハム ベーコン	にんじん たまねぎ ブロッコリー コーン パセリ キャベツ	白飯 じゃがいも 生クリーム 小麦粉 米粉 片栗粉 大豆油 三温糖 サラダ油	白飯 じゃがいも 生クリーム 小麦粉 米粉 片栗粉 大豆油 三温糖 サラダ油	640 Kcal	28 g	20 g	
28	火	ゆかりごはん	牛乳	あじのみそチーズやき はりはりあえ じゃがいものみそしる いちごのフル	牛乳 青のり粉 焼きちくわ 豚肉 絹ごし豆腐 かつお節 鶏卵	にんじん たまねぎ もやし こまつな えのきたけ 切り干し大根 きゅうり ねぎ	ゆかり飯 ごま 小麦粉 大豆油 中華めん サラダ油 片栗粉	ゆかり飯 ごま 小麦粉 大豆油 中華めん サラダ油 片栗粉	632 Kcal	23 g	23 g	
29	水	昭和の日										
30	木	ごはん	牛乳	あじのみそチーズやき はりはりあえ じゃがいものみそしる いちごのフル	牛乳 しお昆布 鰯 うすあげ みそ 大豆ペースト チーズ	にんじん たまねぎ こまつな えのきたけ 切り干し大根 きゅうり ねぎ	白飯 ごま油 三温糖 じゃがいも いちごババロア	白飯 ごま油 三温糖 じゃがいも いちごババロア	603 Kcal	26 g	16 g	

※都合により献立の内容を一部変更する場合があります。
 ※主な食材料名は、食品の栄養的な働きにより、赤、緑、黄のグループに分けて記載してあります。
 ●は、野々市市の地場産物を使用する予定です。

野々市市小学校給食センター



毎日の給食を更新中です。
ぜひご覧ください。

