

平成30年度 4月 帝塚山学院小学校 予定献立表

1年生 給食開始

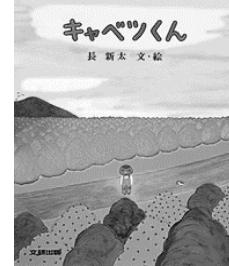
日・曜	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	16日(月)	17日(火)	18日(水)							
献立名	ハヤシライス サラダ 牛乳	お弁当の日 (お弁当を持参してください)	チキンライス 卵スープ わかめときゅうりの海藻サラダ 牛乳	ごはん 石垣フライ じゃこピーマン にゅうめん 牛乳もち	ビーフカレー コールスローサラダ 牛乳 ミニフィッシュ	ごはん 鶏のから揚げ キャベツのごま和え みそ汁	ごはん 鯖のみぞれがけ 厚揚げと野菜のそぼろ煮 長いもと小松菜のかきたま汁 毎日骨太ベビーチーズ							
材料名および使用量(g)	精白米 * 豚肉 玉ねぎ マッシュルーム にんじん * バター 鶏ガラスープの素 * ハヤシルウ ケチャップ ウスター紹 砂糖 * グリンピース(冷凍) 水	75 黄 20 赤 40 緑 5 緑 15 緑 15 黄 5.6 3.3 20 14 0.5 1 黄 0.9 110	精白米 鶏もも肉 玉ねぎ にんじん しいたけ * グリンピース(冷凍) サラダ油 ケチャップ 塩 こしょう	65 黄 20 赤 11 緑 10 緑 5 緑 2 緑 0.5 黄 15 0.9 0.03	精白米 力レイ 塩 * 白ごま * 黒ごま 青のり * パン粉(生) * 薄力粉 * 卵液 なたね油 砂糖	65 黄 1切 赤 0.7 2.7 黄 2.7 黄 0.1 赤 9.6 黄 3.4 黄 5.5 赤 5 黄 0.1 黄	精白米 牛肉 玉ねぎ じゃがいも にんじん しょうが にんにく 濃口しょうゆ なたね油 塩 こしょう なたね油 鶏ガラスープの素 砂糖	精白米 鶏もも肉 酒 しょうが にんにく 濃口しょうゆ かたり粉 塩 こしょう なたね油 カレールウ 精白米 キャベツ ちくわ にんじん * すりごま 砂糖 マヨネーズ マスタード(練り) オリーブ油 穀物酢 砂糖 万能ねぎ 油あげ かつお昆布だし こしょう * そうめん(乾) にんじん 砂糖 萬能ねぎ 油あげ かつお昆布だし 薄口しょうゆ みりん * 牛乳 * 卵液 * 卵液 * 白ごま カットわかめ * ツナ * きゅうり サラダ油 穀物酢 濃口しょうゆ 塩 こしょう * 牛乳	精白米 鶏もも肉 酒 にんにく 濃口しょうゆ かたり粉 塩 こしょう なたね油 カレールウ 精白米 キャベツ ちくわ にんじん * すりごま 砂糖 マヨネーズ マスタード(練り) オリーブ油 穀物酢 砂糖 萬能ねぎ 油あげ かつお昆布だし こまつな * 牛乳 * 卵液 * 卵液 * 白ごま カットわかめ * ツナ * きゅうり サラダ油 穀物酢 濃口しょうゆ 塩 こしょう * 牛乳	精白米 牛肉 玉ねぎ じゃがいも にんじん しょうが にんにく 濃口しょうゆ なたね油 塩 こしょう なたね油 カレールウ 精白米 キャベツ ちくわ にんじん * すりごま 砂糖 マヨネーズ マスタード(練り) オリーブ油 穀物酢 砂糖 萬能ねぎ 油あげ かつお昆布だし こまつな * 牛乳 * 卵液 * 卵液 * 白ごま カットわかめ * ツナ * きゅうり サラダ油 穀物酢 濃口しょうゆ 塩 こしょう * 牛乳	精白米 鶏もも肉 酒 にんにく 濃口しょうゆ かたり粉 塩 こしょう なたね油 カレールウ 精白米 キャベツ ちくわ にんじん * すりごま 砂糖 マヨネーズ マスタード(練り) オリーブ油 穀物酢 砂糖 萬能ねぎ 油あげ かつお昆布だし こまつな * 牛乳 * 卵液 * 卵液 * 白ごま カットわかめ * ツナ * きゅうり サラダ油 穀物酢 濃口しょうゆ 塩 こしょう * 牛乳	精白米 鶏もも肉 酒 にんにく 濃口しょうゆ かたり粉 塩 こまつな かつお昆布だし 薄口しょうゆ みそ * 毎日骨太ベビーチーズ	精白米 さば 塩 大根おろし みりん 薄口しょうゆ ゆず果汁 厚揚げ 豚ひき肉 にんじん 玉ねぎ じゃがいも にんじん ごま油 砂糖 濃口しょうゆ かたり粉 長いも かまぼこ 卵液 えのきだけ こまつな かつお昆布だし 薄口しょうゆ * 每日骨太ベビーチーズ	精白米 50 赤 0.3 20 緑 2 4 0.7 38 赤 10 赤 20 緑 20 緑 30 黄 0.5 1.7 2.8 2.5 15 黄 10 赤 30 黄 0.5 1.7 2.8 2.5 15 黄 10 赤 20 赤 5 緑 6 緑 6 緑 10 黄 8 赤 10 黄 6 緑 140 10
	エネルギー		エネルギー	エネルギー	エネルギー	エネルギー	エネルギー							
中学年	677kcal		589kcal	624kcal	666kcal	599kcal	604kcal							
	赤:赤色の食品…体をつくるもの 黄:黄色の食品…熱や力になるもの 緑:緑色の食品…体の調子をととのえるもの													

* : アレルギー(卵, 大豆, 乳, ニンジン, 麦, 牛, 鯖, ツ, 豆, 豚, 芋, リコッタ, グルテンを含む食材)

・献立内容は予定ですので変わることがあります。

・お弁当を忘れた場合は、パンと野菜ジュースを購入します。1食、1~3年生は371円(税込み)、4~6年生は452円(税込み)を月末に請求させていただきます。

※購入予定のパンが売り切れの場合は、別のパンとなりますので、代金は上記と異なる場合があります。アレルギー対応はできません。

日・曜	19日(木)	20日(金)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
献立名	NEGロールパン50g クリームシチュー サラダ 牛乳 バナナ	ごはん 肉豆腐 ほうれん草のソテー 蒸し焼売	ごはん 豚の洋風生姜焼き □ 切干大根のサラダ クリームスープ いちごヨーグルト	ボネールお楽しみ洋食メニュー NEGロールパン サーモンのポワレ じゃがいもとインゲンのサラダ 鶏ミンチと野菜のスープ コーヒー牛乳	お弁当の日 (お弁当を持参してください)	ひじきの混ぜご飯 お好み焼き □ きんぴらごぼう みそ汁 スタミン	パン ほうれん草のグラタン □ 野菜スープ フルーツ白玉 牛乳
材料名および使用量(g)	* NEGロールパン50g 鶏もも肉 38 にんじん 20 玉ねぎ 30 じゃがいも 40 * グリンピース(冷凍) 1.25 しめじ 2 白ワイン 0.13 鶏ガラスープの素 1.28 水 105 * クリームシチューのルウ 16.3 コーンスターク 6.4 * 牛乳 30 * 生クリーム 5 塩 0.1 こしょう 0.02 サラダ油 0.9 キャベツ 18 にんじん 8 穀物酢 5 サラダ油 5.3 濃口しょうゆ 4 * 牛乳 1本 * バナナ 1/2本	精白米 65 焼き豆腐 40 * 豚肉 25 玉ねぎ 26 長ネギ 10 にんじん 30 玉ねぎ 40 白菜 30 しらたき 25 みりん 5 こまつな 5 濃口しょうゆ 7 * バター 2.5 * グリンピース(冷凍) 0.3 切干大根 1 きゅうり 7 にんじん 3.5 ほうれん草 25 * ベーコン 15 コーン・冷凍 5 * サラダ油 0.5 塩 0.08 こしょう 0.02 * しゅうまい(冷凍) 2 * 牛乳 1本 * バナナ 1/2本	精白米 65 焼き豆腐 40 * 豚肉 60 玉ねぎ 26 塩 0.1 こしょう 0.02 しょうが 1.2 おろしりんご(加熱) 1 ベーコン 10 みりん 5 プロッコリー 10 濃口しょうゆ 9 * バター 6 ソ 0.02 レモン(果汁) 2 パブリカ粉 7 赤パブリカ 7 ピーマン 7 * ツナ 4.2 * 白ごま 0.5 濃口しょうゆ 3 * マヨネーズ 6 オリーブ油 4 穀物酢 2 砂糖 1.1 マスタード(練り) 0.05 砂糖 2.5 アンチョビペースト 1 キヤベツ 20 高野豆腐 5 * ミックスベジタブル 15.9 * クリームシチューのルウ 12 牛乳 20 塩 0.2 こしょう 0.02 * 牧場の朝いちごヨーグルト 1 * コーヒー牛乳 1/2本	精白米 65 鮭 50 米粉 2 塩 0.4 こしょう 0.02 サラダ油 4 ベーコン 10 プロッコリー 10 * マヨネーズ 9 ケチャップ 6 レモン(果汁) 6 パブリカ粉 2 赤パブリカ 7 ピーマン 7 * ツナ 20 * 白ごま 15 濃口しょうゆ 10 * マヨネーズ 10 オリーブ油 4 レモン(果汁) 2 マスタード(練り) 0.05 砂糖 2.5 アンチョビペースト 1 キヤベツ 10 高野豆腐 10 * ミックスベジタブル 15 鶏ひき肉 2.5 大根 0.2 玉ねぎ 10 ミックスベジタブル 15 鶏ガラスープの素 2.5 塩 0.2 こしょう 0.02 * コーヒー牛乳 1/2本	精白米 65 ひじき 1 * 白ごま 2 サラダ油 0.24 みりん 0.4 濃口しょうゆ 0.8 * 豚バラ 35 キャベツ 40 万能ねぎ 6.72 * 天かす 5 * 小麦粉 15.4 * 卵液 7.73 ベーキングパウダー 2.96 かつお昆布だし 12.5 * やまいも 8.62 とんかつソース 10 ケチャップ 5 * マヨネーズ 5 削り節 0.5 青のり 0.5 * ごぼう 20 にんじん 15 こんにゃく 10 酒 3.8 砂糖 1 濃口しょうゆ 4.8 みりん 1 なたね油 1 豆腐 15 カットわかめ 0.5 なす 15 かつお昆布だし 140 みそ 10 * スタミン 1本	* NEGロールパン 80 ペーコン 8 * マカラニ 10 サラダ油 0.2 玉ねぎ 30 ほうれん草 15 * 牛乳 60 * ホワイトソース 20 水 50 こしょう 0.1 鶏もも肉 15 大根 6.8 白菜 6.8 にんじん 6.8 玉ねぎ 6.8 鶏ガラスープの素 1 水 140 塩 0.2 こしょう 0.02 ハイナップル缶詰 15 みかん缶詰 15 もも缶詰 10 白玉粉 2 * 牛乳 1本	
				4月23日～5月12日 子どもの読書週間	どの本も図書室にあります。 給食に使う食材やメニューが登場しますので、読んでみましょう。 この機会に、図書室で、食べ物や料理が登場する本を探してみてください。 おすすめ本があれば小川先生に教えてください！	 	
			『おはなし大いどころ』 作・絵 さいとうしのぶ 出版社 PHP研究所			『キャベツくん』 作・絵 長新太 出版社 文研出版	『アチとポンのいないいないグラタン』 作 角野栄子 絵 佐々木洋子 出版社 ポプラ社
中学年	エネルギー 613kcal	エネルギー 522kcal	エネルギー 620kcal	エネルギー 584kcal		エネルギー 672kcal	エネルギー 578kcal

赤:赤色の食品…体をつくるものになるもの

黄:黄色の食品…熱や力になるもの

緑:緑色の食品…体の調子をととのえるもの

* :アレルギー(卵, 夏, 乳, ニ, ニ, 4, 麦, 牛, 鮭, ツ, 豆, 豚, 芋, リ, ゴ, バ, ハ, ニ, グを含む食材)