

4月 こんだてよていひょう

藤沢市立善行小学校

- ・物資の都合により、献立及び使用食材を変更することがあります。
- ・油は「米油」「ごま油」「オリーブ油」、砂糖は「きび砂糖」「黒砂糖」を使っています。
- ・スープは「鶏ガラ」と「豚骨」、だし汁は「さば削り節」等でとっています。
- ・「たまご」は鶏卵、「かたくりこ」は ばれいしよでんぷんです。

日 曜	こんだてめい	熱やカのものになる (エネルギーになる)  黄	体をつくる (血・肉・骨になる)  赤	体の調子を ととのえる (病気をふせく)  緑	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 塩分 (g)
10 水	ビビンバ わかめとだいこのスープ きよみ ぎゅうにゅう	こめむぎ ごまあぶら さとうごま アーモンド ラーゆ かたくりこ	ぎゅうにく わかめ ぎゅうにゅう	にんにくしょうが にんじん たけのこ もやし こまつな だいこん あおな きよみオレンジ	583 23.3 20.1 2.2
11 木	ごはん ししゃものひもの ひじきのいりに りきゅうじる ぎゅうにゅう	こめむぎ あぶら さとう ごま	ししゃも とりにく ひじき だいず こうやどうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	にんじん こんにやく だいこん ごぼう しめじ ながねぎ	562 24.4 21.0 2.3
12 金	あげパン ウィンナーとやさいのスープに バナナ ぎゅうにゅう	パン あぶら さとう じゃがいも	ベーコン ウィンナー ぎゅうにゅう	セロリ たまねぎ にんじん コーン キャベツ グリーンピース バナナ	658 21.0 30.6 2.2
15 月	たけのこごはん しょうゆまめ かきたまじる ぎゅうにゅう	こめむぎ さとうごま かたくりこ	あぶらあげ あおだいず とりにく どうふ わかめ たまご ぎゅうにゅう	にんじん たけのこ(生) たまねぎ あおな	539 24.9 17.4 2.1
16 火	じゃこトースト ABCスープ バナナ ぎゅうにゅう	パン マヨネーズ ごま じゃがいも マカロニ	ちりめんじゃこ チーズ あおのり ぶたにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん マッシュルーム コーン パセリ バナナ	568 22.7 22.8 2.7
17 水	ソフトめんごもくあんかけ じゃがいもごまいため ぎゅうにゅう	ソフトめん あぶら かたくりこ さとう じゃがいも ごま	ぶたにく えび あさり ぎゅうにゅう	にんにくしょうが にんじん たまねぎ しめじ はくさい もやし	619 26.9 14.5 2.6
18 木	ごはん さばのヤンニョムカンジャンかけ ゆでやさい わかたけじる ぎゅうにゅう	こめむぎ さとうごま ごまあぶら	さば どうふ わかめ ぎゅうにゅう	しょうが にんにく ながねぎ キャベツ にんじん たけのこ あおな	544 26.3 20.4 2.0
19 金	カレーライス フルーツあえ ぎゅうにゅう	こめむぎ あぶら じゃがいも バター ごむぎこ	ぶたにく しろいんげん まめ チーズ ぎゅうにゅう	にんにくしょうが たまねぎ にんじん グリーンピース パインかん みかんかん りんごかん	668 21.9 19.8 1.8
22 月	そぼろごはん どさんこじる きよみ ぎゅうにゅう	こめむぎ さとう あぶら じゃがいも バター	とりにく たまご ぶたにく どうふ みそ わかめ ぎゅうにゅう	グリーンピース にんじん コーン ながねぎ きよみオレンジ	574 23.9 16.3 2.1

日 曜	こんだてめい	熱やカのものになる (エネルギーになる)  黄	体をつくる (血・肉・骨になる)  赤	体の調子を ととのえる (病気をふせく)  緑	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 塩分 (g)
23 火	ふじさわロールパン さけのパンこやき ミネストローネ ぎゅうにゅう	パン マヨネーズ パンこ あぶら じゃがいも さとう マカロニ	さけ チーズ ベーコン とりにく だいず ぎゅうにゅう	パセリ にんにく セロリ にんじん たまねぎ トマト グリーンピース	634 33.4 27.1 2.4
24 水	チャンポン(ソフトめん) はるまき ぎゅうにゅう	ソフトめん あぶら かたくりこ ごま あぶら さとう はるさめ はるまきのかわ ごむぎこ	ぶたにく えび かまぼこ とりにく ぎゅうにゅう	にんにく しょうが にんじん しめじ はくさい もやし ながねぎ たけのこ ら	638 27.6 20.5 2.4
25 木	チキンライス まめのポターシュ バナナ ぎゅうにゅう	こめむぎ あぶら じゃがいも バター ごむぎこ	とりにく しろいんげん まめ だっしふんにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース パセリ バナナ	594 22.5 17.5 2.2
26 金	ごはん ふりかけ なまあげとやさいのそぼろに かんぴょうのたまごとじる ぎゅうにゅう	こめむぎ ごま あぶら じゃがいも さとう かたくりこ	かつおぶし ちりめんじゃこ のり ぶたにく なまあげ たまご ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ グリーンピース かんぴょう こねぎ	596 25.7 20.0 2.2
30 火	いぬパン クリームシチュー いんげんとコーンのソテー なつみ ぎゅうにゅう	パン あぶら じゃがいも バター ごむぎこ なまクリーム	ベーコン とりにく チーズ だっしふんにゅう ぎゅうにゅう しろいんげん まめ	たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ パセリ さやいんげん コーン なつみ	577 25.4 22.4 2.5

白衣について
給食当番の白衣は共有で使用するため、あまり香りの強くない洗剤・柔軟剤等での洗濯をお願いします。また、消毒のためアイロンがけをお願いします。

調理員募集中！詳しくは学校給食課までお願いします。
電話 0466-50-8247



給食費について
令和6年度から給食費の引き落としは原則、給食実施月の翌末日に変更になります。(ただし、4月・7月・3月を除く。末日が土日祝日の場合は翌営業日。)
4月・5月分の引き落としについては7月1日(月)となります。
詳細については4月に配布予定の「学校給食費納付額決定通知書」をご確認ください。