



# 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 ぶりかけ 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。