

# 4 こんだてひょう

2024 こんげつのもくひょう ころをこめてしよくじのあいさつをしよう きょうわとくべつしえんがっこう

月	げつ	火	か	水	すい	木	もく	金	きん
8		9		10		11		12	
カレーライス <small>むぎ (麦ごはん・カレー)</small> 牛乳 カルちゃんサラダ いちごのクレープ 752kcal   2.2g		ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 <small>とりにく こうそうや</small> 鶏肉の香草焼き のり酢和え しらす入りかきたま汁 667kcal   2.1g		スパゲッティミートソース <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 豆腐ナゲット フレンチサラダ 771kcal   2.4g		丸パン <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 チキンカツ コールスローサラダ ヌードルスープ 603kcal   2.7g		ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 サモサ <small>きりぼしだいこん いたもの</small> 切干大根の炒め物 タイピーエン 679kcal   1.6g	
15		16		17		18		19	
ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 もうかの照り焼き しそひじき和え はりはり汁 605kcal   2.2g		ガパオライス (ごはん・ガパオ炒め) <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 春雨スープ ヨーグルト 736kcal   1.9g		ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 チーズインハンバーグ げんきサラダ まごわやさしいみそ汁 667kcal   2.1g		古代米の赤飯 ごま塩 <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 鶏肉のレモン煮 花野菜和え ゆばのすまし汁 695kcal   2.3g		ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 骨ごとさんま煮 ゆかり和え 呉汁 614kcal   2.1g	
22		23		24		25		26	
げんえんこんだて 減塩献立 ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 ほきフライ かぼちゃサラダ もやしのごまみそ汁 741kcal   1.6g		豚丼 (むぎごはん・豚丼の具) <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 豆乳みそ汁 マスカットゼリー 686kcal   2.2g		チャイナうどん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 しゅうまい レモンくらげサラダ 636kcal   3.5g		コッペパン チョコクリーム <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 ほうれん草オムレツ 豆とツナのサラダ かぶのポトフ 641kcal   2.6g		ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 がんす いんげんのごま和え 若竹汁 658kcal   2g	
29		30						しゅんのしよくざい	
しょうわ ひ 昭和の日 		ごはん 野菜ふりかけ <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 厚焼玉子 じゃがいものそぼろ煮 こしね汁 661kcal   2.2g		がつ にち 4月18日は 入学お祝い献立です 		3点セットの 確認をお願いします 		かぶ きくらげ セロリ グリンピース キャベツ しいたけ たけのこ 玉ねぎ なら いちご しらす わかめ ひじき もうかさめ など	

※献立名の下への表示はエネルギー (kcal) と食塩相当量 (g) です。都合により食材等が変更となることがございます。予め御了承ください。

## 給食はじまるよ!

てあらひ

みじたく

はいぜん

あとがたづけ