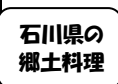


# 4がつのこんだてひょう

給食のめあて： 給食のきまりを守り、楽しく食べよう！

喜多方市立駒形小学校

日	曜日	こんだてめい			あか からだを つくる	みどり からだのち ょうしを ととのえる	き ねつやかに なる	エネルギー 脂質 塩分
		主食	おかず	牛乳				
4/7	火	けんちん うどん	ごま和え 大学芋	○	牛乳 油揚げ	にんじん ごぼう 大根 白菜 しいたけ ねぎ キャベツ ほうれん草	めん ごま油 すりごま 三温糖 さつまいも 米油	640 17.9 2.7
4/8	水	チキン ピラフ	豆とひじきのサラダ ジュリエンスープ オレンジ	○	牛乳 とり肉 ひじき まぐろ缶 ベーコン	マッシュルーム 玉ねぎ えだまめ レモン キャベツ にんじん 茎たち オレンジ	米 バター オリーブ油 マヨネーズ じゃがいも	610 23.4 2.7
4/9	木	コッペパン	チキンのハーブ焼き イタリアンサラダ ミネストローネ	○	牛乳 とり肉 サラミ チーズ ベーコン	にんにく キャベツ きゅうり パインアップル にんじん 大根 ごぼう オレンジ 玉ねぎ	パン オリーブ油 米ぬか油 三温糖 きび砂糖 じゃがいも	643 22.6 2.9
4/10	金	ごはん	いかのかりんとう揚げ 卵の花の炒り煮 大根のみそ汁	○	牛乳 するめいか おから さつま揚げ 豆腐	白菜 にんじん しいたけ 大根 えだまめ ねぎ	米 かたくり粉 米油 中ざら糖 米ぬか油 三温糖 じゃがいも	634 17.0 2.2
4/13	月	地場産野菜 ポークミルク カレー	キャベツとわかめの風味和え りんご	○	牛乳 ぶた肉 脱脂粉乳 わかめ かつお節	にんにく 玉ねぎ にんじん えだまめ キャベツ りんご	米 米ぬか油 ごま 小麦粉 カレールウ ごま油 じゃがいも	657 20.2 2.7
4/14	火	喜多方 ラーメン	煮卵 もやしと白菜のナムル オレンジ	○	牛乳 なんと ぶた肉 たまご するめ	にんじん しなちく しいたけ ねぎ 白菜 もやし オレンジ	めん 三温糖 きび砂糖 ごま油	613 16.3 3.6
4/15	水	ゆかり ごはん	さけのマヨネーズ焼き 三色おひたし 豚汁	○	牛乳 しろさけ わかめ かつお節 ぶた肉 豆腐 にぼし	にんじん もやし とうもろこし ごぼう 白菜 こんにゃく ねぎ	米 マヨネーズ 油 じゃがいも	655 23.0 2.8
4/16	木	食パン	いちごジャム フレンチサラダ 白菜のクリーム煮 りんご	○	牛乳 チーズ ハム とり肉	キャベツ きゅうり みかん 玉ねぎ にんじん 白菜 ブロッコリー りんご	パン いちごジャム 米ぬか油 三温糖 じゃがいも 小麦粉	644 24.8 2.9
4/17	金	紫黒 ごはん	とり肉のレモンソースがけ 三色おひたし こづゆ お祝いデザート	○	牛乳 とり肉 かつお節 ほたてがい	レモン 小松菜 キャベツ とうもろこし しらたき 姫だけ にんじん しいたけ きくらげ	米 紫黒米 かたくり粉 米ぬか油 きび砂糖 さといも 麩 デザート	626 15.5 2.0
4/20	月	愛情弁当の日 						
4/21	火	みそ ラーメン	花見団子 シューマイ からしあえ	○	牛乳 ぶた肉 しゅうまい きな粉	しょうが にんにく 白菜 しいたけ なら もやし ねぎ 小松菜 にんじん	めん 米ぬか油 ごま油 白玉だんご	679 18.9 2.5
4/22	水	三色 ごはん	のり酢あえ けんちん汁	○	牛乳 まぐろ缶 たまご のり 豆腐	しょうが グリンピース ほうれん草 もやし とうもろこし 大根 にんじん しいたけ ごぼう ねぎ	米 三温糖 ごま じゃがいも ごま油	618 21.1 1.8
4/23	木	セルフ ドッグ	ポイル野菜 野菜スープ ヨーグルト	○	牛乳 ウインナー ヨーグルト ベーコン	キャベツ にんじん 玉ねぎ とうもろこし 白菜	パン じゃがいも	641 25.3 3.2
4/24	金	ごはん	さわらのごまみそ焼き ほうれん草とキャベツのおかか和え 治部煮	○	牛乳 さわら かつお節 とり肉 生揚げ	ほうれん草 キャベツ もやし こんにゃく たけのこ にんじん しいたけ 小松菜	米 ごま油 小麦粉 さといも 三温糖	644 20.8 2.7
4/27	月	ごはん	納豆 カレーきんぴら かき玉汁 オレンジ	○	牛乳 ぶた肉 豆腐 たまご さば節	にんじん ごぼう こんにゃく しいたけ ねぎ オレンジ	米 米ぬか油 三温糖 米みそ じゃがいも かたくり粉	663 20.9 2.0
4/28	火	豚キムチ めん	揚げギョウザ ポイル野菜 いちごゼリー	○	牛乳 ぶた肉	にんじん しいたけ 白菜 なら ねぎ にんにく キャベツ ブロッコリー いちごゼリー	めん 米みそ ごま油 米ぬか油	641 17.7 2.0
4/30	木	食パン	エビカツ ブルーベリージャム ワンタンスープ コールスローサラダ	○	牛乳 エビカツ ワンタン	にんじん ほうれん草 もやし ねぎ しいたけ 大根 きゅうり みかん缶	パン マヨネーズ 米ぬか油	707 27.7 3.1



- 10日(金)・・・サンマルちゃん献立
- 14日(火)・・・大好き喜多方の日献立
- 17日(金)・・・お祝い献立
- 24日(金)・・・日本列島味巡り ～石川県～

よくかんで食べましょう！



石川県のゆるキャラの「ひやくまんさん」だよ！

「治部煮」は金沢市の代表的な郷土料理だよ。名前の由来は、じぶじぶと煮えるからという説や、戦国時代、岡部治部右衛門が朝鮮から持ち帰ったという説など、諸説あるよ！

