

# 4月のこんだてひょう

★ぎゅうにゅうは、まいにちつきます！（小学校用） \* 砂川市学校給食センター

日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料
<p>含まれているアレルギー物質は、次のマークで示しています。</p> <p>卵・・・● えび、かに、ホタテ、かき貝・・・△ 牛乳、乳製品・・・■ ナッツ・・・▲ チョコレート・・・○ パン・・・※ 小麦粉・・・# ごま・・・□</p>											
<p>～卵（●マーク）について～</p>											
<p>14日「ワントンスープ」、17日「ポトフ」の卵は、スープの原材料に含まれています。</p>											
<p>22日「チキンカレー」の卵は、調味料の原材料に含まれています。</p>											
<p>今月の平均栄養量 ( )内の数字は基準栄養所要量 エネルギー643kcal (650) たんぱく質24.9g (21.1~32.5) 脂質2.4g (14.5~21.5) 塩分2.6 (2.0) カルシウム345mg (350) 鉄分1.9mg (3.0) 食物繊維4.4g (4.5)</p>											
<p>・日にちの前に★のマークがついている日は、スプーンがつきます。 ・お箸は毎日持参をしてください。毎日洗って清潔なものを使いましょう。</p> <p>・都合により献立の一部を変更することがあります。ご了承ください。</p> <p>・献立表の中で作ってみたいメニューがあればお気軽に給食センターまで連絡してください。 TEL 52-2229</p>											

日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料
★	7	ごはん	こめ	★	9	すめし(ごきつねごはん)		★	10	■#バターパン	にゅう、こむぎ
		キャベツのみそしる	キャベツ、にんじん、えのきたけ、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんがエキス			■#ほっけつみれじる	つみれ(ほっけ、しょうが、だいず)、だいこん、にんじん、ごぼう、ほししいたけ、ながねぎ、こむぎ、だいず、こんが、かつお			■#△ポテトミルクスープ	じゃがいも、たまねぎ、にんじん、コーン、ベーコン、きゅうにゅう、とりにくエキス、こむぎ、だいず、バター、チーズ、パセリ、だっしふんにゅう、ぜんふんにゅう、チーズ、ほたてエキス、こんがエキス
(月)		■#さほのしょうが	さば、こむぎ、だいず、こんが、しょうが	(火)		■#■□にくまん	キャベツ、たまねぎ、あおねぎ、とりにく、ぶたにく、だいず、こむぎ、にんにく、ごまあがら、しょうが、にゅう、もちこめ	(水)		●#ほうれんどうオムレツ	けいらん、ほうれんそう、だいず
エネルギー	6.71	たんぱく質	2.9.1	エネルギー	6.19	たんぱく質	2.7.3	エネルギー	6.73	たんぱく質	2.6.3
★	14	ごはん	こめ	★	16	ごはん	こめ	★	17	■#デニッシュパン	にゅう、こむぎ
		■#△ワントンスープ	とりにく、たけのこ、はくさい、にんじん、ながねぎ、ワントン、けいらん、かつおエキス、かきじる、こんが、しいたけエキス、にんにく、こむぎ、だいず、ぶたにくエキス			ふりかけ(のり)	かつおぶし、しいたけ、のり、しいたけエキス、まっちゃん			●#ポトフ	とうふ、たまねぎ、ながねぎ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんがエキス
(月)		■#△□しゅうまい	ぶたにく、けいらん、とりにく、こむぎ、たけのこ、だいず、ごまあがら、けいらん、たまねぎ、かきじる、ゼラチン	(火)		■#さといもじる	とりにく、だいず、ながねぎ、ごぼう、にんじん、あぶらあげ、だいこん、さといも、ほししいたけ、こむぎ、だいず、かつお、こんが	(水)		■#■チーズハンバーグ	とりにく、たまねぎ、こむぎ、だいず、ぶたにく、けいらん、にゅう、チーズ
エネルギー	5.66	たんぱく質	2.5.6	エネルギー	6.36	たんぱく質	2.8.3	エネルギー	6.45	たんぱく質	2.0.3
★	21	わかめごはん	こめ、わかめ	★	23	●#ちゅうかコーンスープ		★	24	■#こめパン	にゅう、こむぎ、こめ
		きのこのみそしる	だいこん、なめこ、しめじ、えのきたけ、ながねぎ、にんじん、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんがエキス			■#■□チキンカレー	こめ、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、セロリ、とりにく、にんにく、しょうが、きゅうにゅう、とりにゅう、バター、トマト、だいず、こむぎ、にゅう、けいらん、りんご、だっしふんにゅう、チーズ、バナナペースト、はちみつ、ココア、バターミルク、こんがエキス、ぶたにくエキス、ごまペースト			■#△しろうはなまめのポタージュ	しろはなまめ、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ベーコン、きゅうにゅう、なまクリーム、だっしふんにゅう、ぜんふんにゅう、チーズ、こむぎ、だいず、ほたてエキス、こんがエキス、とりにくエキス、パセリ
(月)		■#さつまいもてんぷら	さつまいも、こむぎ	(火)		■#□かいどうサラダ	もやし、こまつな、にんじん、くきわかめ、わかめ、しろとさか、こんが、あかとさか、ごまあがら、こめ、こむぎ、だいず	(水)		■#とりにくのマーレードヤキ	とりにく、こむぎ、だいず、いよかん、なつみかん、ゆずかじゅう
エネルギー	5.92	たんぱく質	2.1.4	エネルギー	7.38	たんぱく質	2.3.2	エネルギー	6.15	たんぱく質	2.5.1
★	28	●#もやしのちゅうかスープ	こめ	★	30	■#ハヤシライス		★	30	■#△ごまサラダ	
		■#はるまき	もやし、たまねぎ、にんじん、コーン、ベーコン、わかめ、けいらん、とりにくエキス、ぶたにくエキス、きゅうにゅうにゅう、だいず、ゼラチン			■#□ホイコーロ	キャベツ、ぶたにく、ピーマン、ながねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、こむぎ、だいず、ごまあがら			■#コーンバター	コーン、ベーコン、えだまめ、にんじん、バター、とりにくエキス、だいず、こむぎ
エネルギー	6.10	たんぱく質	2.1.4	エネルギー	6.62	たんぱく質	2.1.7	エネルギー	7.79	たんぱく質	3.0.8
<p>～こんげつのもとしょくざい～</p>											
<p>うえはらポークすなかわさん      たまねぎすなかわさん      ほししいたけないえさん      おこめすなかわ・ないえ・うらうすさん      こめすなかわさん</p>											



しょうわのひ