

平成30年度4月分学校給食献立予定表(前半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちようしをととのえるもの	調味料ほか		
6	金	マーボーどんぶり	牛肉 豚肉 だいず 豆腐 みそ(赤・合わせ)	砂糖 ごま油 でんぷん 米	たまねぎ にんじん しいたけ たら たけのこ にんにく しょうが	ケチャップ こいくちしょうゆ とうぼんじゃん 麻婆豆腐の素	618	23.5
		牛乳	牛乳					
		おしんこサラダ	こんぶ	ごま 砂糖 ごま油	だいこん にんじん 山川漬	うすくちしょうゆ 酢		
		フローズン黄桃		砂糖	黄桃			
9	月	ドッグパン		パン			570	21.8
		牛乳	牛乳					
		文字マカロニスープ	ベーコン	マカロニ	キャベツ たまねぎ にんじん セロリ こまつな	うすくちしょうゆ コンソメ 白ワイン 食塩 白こしょう		
		チリコンカン	豚肉 だいず 白いんげん豆 エジプト豆 赤いんげん豆 いんげん豆	サラダ油	たまねぎ にんにく	ケチャップ とんかつソース タバスコ 食塩 白こしょう		
10	火	ごはん		米			592	23.5
		牛乳	牛乳					
		つわとたけのこの煮物	鶏肉 厚揚げ うずら卵 さつま揚げ こんぶ	じゃがいも 砂糖	黒こんにゃく にんじん つわ しいたけ たけのこ	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん 酒 かつお節(だし)		
		手作りふりかけ	しらす干し 青のり粉 わかめ	ごま ごま油		酒		
		レモンゼリー	寒天	砂糖 水あめ	レモン果汁	ゲル化剤 香料		
11	水	ごはん		米			579	20.8
		牛乳	牛乳					
		団子汁	油揚げ 合わせみそ	さといも 団子(さつまいも・でんぷん)	だいずもやし にんじん 葉ねぎ ごぼう しいたけ 団子(こんにゃく粉)	みりん 酒 かつお節(だし) 団子(食塩)		
		いわしの煮物	いわし	砂糖 はちみつ でん粉		しょうゆ みりん 食塩		
		浅漬け		青しそドレッシング	きゅうり			
12	木	セルフバーガー <small>(バーガーパン・豆ミンチカツ・ポイルキャベツ・マイティソース)</small>	豆ミンチカツ(鶏肉・豆腐・大豆たん白)	豆ミンチカツ(パン粉・でん粉・砂糖・米粉・大豆油) なたね油 パン	豆ミンチカツ(たまねぎ・えだまめ) キャベツ	豆ミンチカツ(しょうゆ・黒こしょう) マイティソース	549	17.7
		牛乳	牛乳					
		はるさめスープ	ロースハム	緑豆春雨	たまねぎ にんじん こまつな きくらげ	うすくちしょうゆ 酒 中華だし 食塩 白こしょう		
13	金	ごはん		米			567	23.1
		牛乳	牛乳					
		春キャベツのみそ汁	豆腐 わかめ 合わせみそ		キャベツ にんじん 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		和風ハンバーグ	ハンバーグ(豆腐・鶏肉・大豆たん白)	ハンバーグ(パン粉・植物油脂・ 加工でん粉) 砂糖 でん粉	ハンバーグ(たまねぎ) えのきたけ もやし 葉ねぎ	こいくちしょうゆ みりん ウスターソース		
16	月	ミルクパン		パン			551	21.0
		牛乳	牛乳					
		ジュリアンスープ	ベーコン	じゃがいも	たまねぎ キャベツ にんじん	うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう		
		ペンネのミートソースかけ	豚肉 だいず 粉チーズ 脱脂粉乳	ペンネ サラダ油	たまねぎ にんじん セロリ パセリ にんにく	ケチャップ トマトピューレー 赤ワイン デミグラスソース ウスターソース こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう		
17	火	黒米入りごはん		米 黒米			605	21.7
		牛乳	牛乳					
		肉じゃが	牛肉 豚肉 厚揚げ うずら卵 さつま揚げ	じゃがいも 砂糖 サラダ油	たまねぎ にんじん いんげん 糸こんにゃく しいたけ にんにく しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん		
		春の香あえ		和風ごまドレッシング	菜の花 キャベツ にんじん			
		いよかんゼリー	寒天	砂糖 ぶどう糖果糖溶液	いよかん果汁	香料		

※ 必ず、親子で食材について確認しましょう。特に、食物アレルギーのあるお子さんについては、毎日確認してください。

平成30年度4月分学校給食献立予定表(後半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしをととのえるもの	調味料ほか		
18	水	麦ごはん		米 麦			612	26.0
		牛乳	牛乳					
		さつまいも	鶏肉 油揚げ 合わせみそ	さつまいも	だいこん にんじん こんにゃく 葉ねぎ ごぼう しょうが	かつお節(だし)		
		きびなごのかば焼き風	きびなご	でん粉 なたね油 砂糖 ごま		こいくちしょうゆ みりん		
19	木	バターパン		パン		527	23.9	
		牛乳	牛乳					
		厚揚げとえびのチリソース煮	厚揚げ えび 鶏肉 だいず うずら卵 赤みそ	砂糖 ごま油 でん粉	キャベツ たけのこ にんじん しいたけ グリーンピース にんにく しょうが			ケチャップ こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 酒 とうぼんじゃん タバスコ みりん 食塩
		くだもの			くだもの			
23	月	米粉入りパン		パン		624	25.5	
		いちごジャム			いちごジャム			
		牛乳	牛乳					
		春野菜のクリーム煮	鶏肉 ベーコン 牛乳	じゃがいも サラダ油	キャベツ アスパラガス 菜の花 たまねぎ にんじん エリンギ コーン しめじ			ホワイトルウ 白ワイン 食塩 白こしょう
24	火	かりぼり煮干し	煮干し	砂糖 ごま	レーズン	こいくちしょうゆ みりん	655	22.0
		ポークカレー (麦ごはん)	豚肉 粉チーズ 脱脂粉乳 ヨーグルト	じゃがいも サラダ油 米 麦	たまねぎ にんじん グリンピース りんご にんにく	カレールウ 赤ワイン ケチャップ カレー粉 ウスターソース		
		なつみかんサラダ		コールスロートレッシング	なつみかん キャベツ きゅうり			
25	水	ごはん		米		624	27.1	
		牛乳	牛乳					
		若竹みそ汁	豆腐 わかめ 合わせみそ		たけのこ にんじん えのきたけ 葉ねぎ			かつお節(だし)
		さわらの香味ソースかけ	さわら	でん粉 なたね油 砂糖	深ねぎ しょうが			こいくちしょうゆ みりん
26	木	ポイルキャベツ			キャベツ		578	21.7
		手作りまっ茶ケーキ	鶏卵 牛乳 小豆甘納豆	小麦粉 砂糖 サラダ油		まっ茶 ベーキングパウダー 重曹		
		牛乳	牛乳					
		コーンラーメン	豚肉 焼き豚	中華めん サラダ油 ごま	キャベツ にんじん 葉ねぎ コーン もやし しょうが にんにく	うすくちしょうゆ パイタン 食塩 白こしょう		
27	金	みかんジュース			みかんジュース		674	28.5
		ブルコギどんぶり	豚肉(もも・バラ) こんぶ 赤みそ	ごま サラダ油 米	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン にんにく しょうが りんご	ケチャップ こいくちしょうゆ ウスターソース 一味とうがらし 酒 みりん		
		牛乳	牛乳					
		わかめスープ	豆腐 うずら卵 わかめ	ごま	たまねぎ えのきたけ にんじん コーン	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
		飲むヨーグルト	ヨーグルト					

平成30年度4月分平均栄養量

エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
595	23.2

お知らせ

<今月の行事>

- 6日(金) 新任式、始業式(2年生～6年生は、給食あり)
- 9日(月) 入学式
- 13日(金) 1年生給食開始
- 20日(金) 春の一日遠足(お弁当を持ってきましょう)
- 29日(日) 昭和の日
- 30日(月) 振替休日

<はしをもってくる日>

★の日は、「はし」をもってくる日です。
きれいにあらったはしを、わすれないようにもってきましょう。

10日 11日 13日 17日 18日 25日 26日

入学・進級 おめでとうございます

心身ともに大きく成長するために、すききらい
せず、栄養バランスのとれた食事と規則正しい
生活を心がけましょう。

