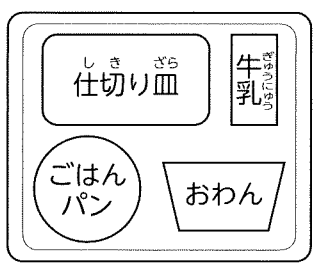
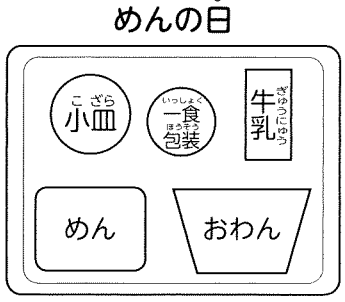
4月 予定献立表

今月の目標 楽しい給食時間にしよう

栄養素	今月の1食あたりの予定平均摂取量	
	小学生(中学年)	中学生
エネルギー kcal	652	771
たんぱく質 g	25.1	29.3
脂質 g	21.5	24.4
炭水化物 g	89.5	108.6
食塩相当量 g (麺の汁も含む)	2.58	3.15

ホームページにて予定献立表・使用予定食材産地・給食だよりの情報公開をしています。

2024(令和6)年4月5日～30日(17日間)

月	火	水	木	金
○太字は、リクエストメニューです。 山部小学校、中富良野小学校、中富良野中学校、占冠中央小学校からリクエストをいただきました。 ありがとうございました。 ☆印は、新メニューです。 単品での揚げ物・蒸し物・焼き物および一食包装のものを除き、料理名の下に使用食材名を記載しております。	**ラーメン・うどんの汁について** ラーメンやうどんの麺料理には、一食分の塩分の目安量より多く塩分が使用されています。麺や具を完食しても、汁を残すことで塩分の摂り過ぎを防ぐことができるので、麺の汁はなるべく飲まないようにしましょう。 	**一言メモ** **12日(金)富良野あまくちトトコカレー** 12日（金）は「富良野あまくちトトコカレー」を提供します。トトコは、カレーに入っている成分「トマト、鶏肉、小麦」の頭文字をとったものです。名前の通り、甘口のカレーになっているので、新1年生のみなさんでも食べやすいと思いますよ♪ **18日(木)進級・入学お祝い献立** みなさん、進級・入学おめでとうございます。18日の給食は、新1年生の児童生徒が給食を食べるころの時期に合わせて、進級と入学をお祝いした献立になっています。デザートがお祝いバージョンになっているので、おいしく食べてくれたらうれしいです！	ごはん 5 牛乳 きのこの中華スープ たまねぎ　にんじん　えのきたけ　エリンギ　しいたけ　ごま 豚キムチ丼 ぶたにく　はくさい　もやし　ながねぎ　ごま コーンのつまみ揚げ
ごはん 8 牛乳 みそ汁 とうふ　こまつな　もやし 大根のそぼろ煮 だいこん　ぶたにく　とりにく　だいずたんぱく　いんげん **ほっけの甘塩焼き**	ミルクパン 9 牛乳 つぶつぶコンソメスープ たまねぎ　にんじん　コーン　えだまめ　ハム スパゲッティナポリタン スパゲッティ　ぶたにく　ウィンナー　たまねぎ　ピーマン グリルチキン	ごはん 10 牛乳 春雨スープ はるさめ　たまご　とりにく　たまねぎ　ながねぎ　きくらげ 麻婆豆腐 とうふ　ぶたにく　ぶたレバーチップ　だいずたんぱく　ながねぎ　しいたけ えび海鮮餃子 (小1個・中2個)	11 牛乳 **焼きうどん** ぶたにく　なると　いか　にんじん　キャベツ　たまねぎ 五目野菜肉団子 (小1個・中2個) **ヨーグルト** (一食包装)	ごはん 12 牛乳 富良野あまくちトトコカレー とりにく　じゃがいも　にんじん　たまねぎ フルーツミックスゼリー りんごゼリー　パイン　みかん　カクテルゼリー ウインナーオムレツ
ごはん 15 牛乳 どさんこ汁 コーン　にんじん　じゃがいも　たまねぎ　とうふ 鶏ごぼう炒め とりにく　ごぼう　にんじん　こんにゃく　いんげん　ごま 彩り野菜のたまご焼き	米粉コッペパン 16 牛乳 グリーンチャウダー ブロッコリー　えだまめ　ほうれんそう　パセリ　とりにく　たまねぎ 野菜とベーコンのソテー キャベツ　たまねぎ　にんじん　いんげん　ベーコン 豚肉コロッケ	ごはん 17 牛乳 小松菜の卵とじスープ こまつな　にんじん　たまねぎ　キャベツ　たまご 中華丼 ぶたにく　えび　ピーマン　たまねぎ　はくさい　たけのこ　にんじん　きくらげ 肉焼売 (小1個・中2個)	18 牛乳 **みそラーメン** ぶたにく　もやし　にんじん　たまねぎ　ほうれんそう 大餃子 (小1個・中2個) お祝いいちごゼリー (一食包装)	ごはん 19 牛乳 みそ汁 とうふ　なめこ　ながねぎ 切干大根の炒め煮 きりぼしだいこん　にんじん　あぶらあげ　ひじき　こんにゃく **さばカレーカツ**
ごはん 22 牛乳 みそ汁 はくさい　もやし　ちくわ れんこんのおかか炒め れんこん　にんじん　ぶたにく　こんにゃく　いんげん　かつおぶし **いわしのみぞれ煮**	ココアパン 23 牛乳 トマトの真っ赤なスープ ウィンナー　たまねぎ　にんじん　キャベツ　セロリ　トマト 和風きのこスパゲッティ スパゲッティ　ベーコン　ぶなしめじ　まいたけ　エリンギ　こまつな **照り焼きハンバーグ**	ごはん 24 牛乳 みそ汁 だいこん　にんじん　ごぼう 豚肉とじゃがいもの甘辛煮 じゃがいも　ぶたにく　たまねぎ　いんげん　ごま 和風きんぴら包み焼き	25 牛乳 昆布うどん こんぶ　ぶたにく　なると　たまねぎ　あぶらあげ　にんじん　ながねぎ ひとくち豚まん 水ようかん (一食包装)	ごはん 26 牛乳 チキンカレー とりにく　じゃがいも　にんじん　たまねぎ アロエとぶどうゼリー和え ぶどうゼリー　シャインマスカットゼリー　アロエ トマトオムレツ
昭和の日 29 **楽しい給食時間にしよう！** ○給食準備をする前には、机の上をきれいにし、清潔なエプロンや三角巾を身につけましょう。 ○ていねいに手を洗い、清潔なハンカチで水分をふき取りましょう。 	バターパン 30 牛乳 **クリームコーンスープ** コーン　たまねぎ　パセリ ツナポテト じゃがいも　たまねぎ　まぐろツナ　にんじん　チーズ キャベツメンチカツ	**給食の準備をするコツ** 安全にすばやく給食の準備をするために、次の3つのことに気をつけてみましょう。 ①給食当番はしゃべらずにすばやく身支度をしよう。 ②衛生面に気をつけて1人分の適量を盛りつけよう。 ③当番以外の人は配膳が済んだら座って待とう。	**食器の置き方** ごはん・パンの日  めんの日  	

＊献立は都合により、内容が一部変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。
＊焼魚や煮魚には骨があります。注意して食べましょう。

富良野学校給食センター