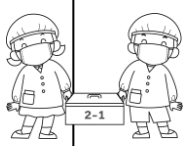
令和６年度

４月 給食献立表

福島市立月輪小学校

★　４月の給食目標　：　きょうりょくしてしごとをしよう！

日	献立名	赤(血や肉になる)	黄（熱や力になる）	緑(体の調子を整える)	エネルギー(kcal) 蛋白質（g） 脂質(g) 食塩（g）	
９日 （火）	ごはん　牛乳 豚肉と野菜のオイスター炒め あさりのみそ汁 河内晩柑	牛乳　豚肉　しょうゆ あさり　油揚げ　みそ	精白米　米油　はるさめ でんぷん　ごま油	にんにく　しょうが 玉ねぎ　たけのこ　にんじん **にら**　キャベツ　もやし 大根　小松菜　ねぎ　みかん	617 22.7 20.9 2.2	だいすき ふくしまの日
１０日 （水）	肉うどん（ソフトメン） 牛乳 海藻サラダ りんごのパンケーキ	牛乳　豚もも肉 しょうゆ　削り節 昆布　海藻　卵	ソフトメン　米油 ホットケーキミックス 砂糖　いりごま	ねぎ　にんじん　しいたけ ごぼう　小松菜　もやし キャベツ　りんご	625 25.8 18.0 2.3	
１１日 （木）	パン　牛乳 ポークビーンズ ひじきのサラダ オレンジゼリー	牛乳　豚肩肉　ベーコン ミックスビーンズ 生クリーム　ツナ ひじき　しょうゆ	パン　米油　じゃがいも 砂糖　米油　いりごま ゼリー	白いんげん豆　にんにく セロリ　玉ねぎ　にんじん マッシュルーム　トマト パプリカ　**きゅうり**　キャベツ	615 26.1 20.1 2.7	だいすき ふくしまの日
１２日 （金）	ごはん　牛乳 鰆のみそ焼き 小松菜のおひたし 若竹汁	牛乳　さわら　みそ しょうゆ　鶏肉　なると わかめ　削り節　昆布	精白米　三温糖　ごま	小松菜　もやし　にんじん たけのこ　えのきたけ みつば	543 25.1 14.6 1.8	
１５日 （月）	カレーライス 牛乳 和風ごまサラダ ヨーグルト	牛乳　豚肉　かまぼこ 茎わかめ　しょうゆ ヨーグルト	精白米　じゃがいも すりごま　ごま油 米油	にんにく　にんじん 玉ねぎ　小松菜　もやし	643 25.0 17.6 2.3	
１６日 （火）	ツナサンド（背割りコッペ） 牛乳 野菜とあさりのコンソメ煮 ミニトマト	牛乳　ツナ　あさり ベーコン	パン　マヨネーズ じゃがいも	ピクルス　玉ねぎ　**きゅうり** キャベツ　かぶ　にんじん ほうれん草　ミニトマト	622 25.6 26.6 2.8	だいすき ふくしまの日
入学・進級お祝い献立 １７日 （水）	赤飯　牛乳 鶏のから揚げ 信夫の里のおひたし すまし汁	牛乳　むき豆　鶏もも肉 しょうゆ　豆腐　わかめ 削り節　昆布	赤飯　でんぷん　強力粉 揚げ油　麸	しょうが　にんにく かぶれ菜　もやし　にんじん しめじ　小松菜	599 25.5 19.5 1.9	
１８日 （木）	ごはん　牛乳 いかのカレー焼き わかめの和えもの 豚汁	牛乳　いか　しょうゆ ツナ　わかめ　しょうゆ 豚肉　豆腐　みそ	精白米　米油　ごま油 さといも	キャベツ　もやし　**きゅうり** つきこん　ごぼう　大根 にんじん　しめじ　ねぎ	571 25.6 16.8 2.6	だいすき ふくしまの日
だいすきふくしまの日 １９日 （金）	ごはん　牛乳 鶏肉のレモンソース 春野菜サラダ 花ふのすまし汁	牛乳　鶏もも肉　ツナ しょうゆ　豆腐　わかめ 削り節　昆布	精白米　強力粉　でんぷん 揚げ油　三温糖　コーン 米油　麸	にんじん　**きゅうり** キャベツ　しめじ　小松菜 たけのこ	644 24.3 22.9 2.0	だいすき ふくしまの日
２２日 （月）	ごはん　牛乳 鯖の味噌煮 ほうれん草のいそ和え なめこのみそ汁	牛乳　さば　みそ のり　しょうゆ　豆腐 みそ　削り節	精白米　三温糖	ほうれん草　もやし にんじん　なめこ　大根	570 26.1 17.1 2.2	
２３日 （火）	麦ごはん　牛乳 豚肉しょうが焼き 五目豆 わけぎのみそ汁	牛乳　豚ロース しょうゆ　大豆 鶏もも肉　昆布　わかめ 油揚げ　みそ　煮干し	精白米　麦　米油 砂糖　じゃがいも	しょうが　しいたけ たけのこ　こんにゃく ごぼう　にんじん　わけぎ	608 25.1 19.1 2.8	
２４日 （水）	教職員の研修会のため給食なし					
２５日 （木）	ピタパン 牛乳 カレーペースト じゃがいものスープ	牛乳　豚ひき肉　大豆 ベーコン	ピタパン　オリーブ油 ホールコーン　砂糖 薄力粉　じゃがいも	にんにく　にんじん　玉ねぎ トマト　キャベツ ブロッコリー	713 28.3 25.5 3.1	
２６日 （金）	ごはん　牛乳 鶏肉バーベキューソース炒め ほうれん草のスープ いちご	牛乳　鶏もも肉　ツナ ベーコン　しょうゆ	精白米　米油　砂糖 じゃがいも	玉ねぎ　アスパラガス にんじん　黄ピーマン にんにく　しょうが ほうれん草　しめじ　いちご	579 22 17.8 1.4	
３０日 （火）	パン　牛乳 白身魚のパン粉焼き ドレッシング和え かぶのスープ	牛乳　ホキ パルメザンチーズ しょうゆ　鶏もも肉	パン　マヨネーズ パン粉　ホールコーン 米油	キャベツ　きゅうり パプリカ　かぶ　玉ねぎ にんじん　しめじ さやえんどう	538 26.4 20.0 2.4	

おしらせ

○　４/９（火）から給食開始です。（２～６年生）　　１年生は　４/１５（月）から給食開始になります。
○　４/２４（水）：教職員の研修会のため給食なし
○　「**だいすきふくしまの日**」では、福島市内産の食材を使用しています。今月は、**きゅうり・にら**です。
○　学校給食は毎日放射性物質検査を実施しており、安心安全な給食の提供を行っております。
○　食材の調達が難しい場合は、献立の一部を変更することがありますので、あらかじめご了承ください。
○　福島市では給食費を１食あたり１３０円補助しています。
○　学校ホームページに「今日の給食」のコーナーがあります。ぜひご覧ください。