

令和6年 4月 ようちえん給食献立表 北部共同調理場(電話:269-7082)

日	曜	こんだてめい		食品のはたらき						えいようか エネルギー(kcal) たんぱく質(g) しじょう(%) えんぷん(g)	年少用 特別献立	
				おもにエネルギーの もとなる食品 (きいろ)		おもにからだをつくる もとなる食品 (あか)		おもにからだのちようしを ととのえるもとなる食品 (みどり)				
10	水	ごはん	牛乳	はるまき 春巻 しょう 塩ごまサラダ 野菜の中華うま煮	ごはん はるまきの皮 かたくりこ	あぶら ドレッシング ごまあぶら	ぶたにく いか なると	牛乳	にんじん チンゲン菜	もやし きゅうり キャベツ たまねぎ たけのこ しょうが にんにく ししいたけ	482 19.0 18.8 1.7	中華蒸しパン 麦茶
11	木	ココアパン	牛乳	チキンのチーズ焼き 海藻サラダ ABCスープ	パン マカロニ	ドレッシング	とりにく ウインナー	牛乳 チーズ かいそう	にんじん	きゅうり もやし たまねぎ キャベツ コーン	467 22.6 20.9 2.2	米粉のいちご ケーキ ジョア
12	金	ごはん	牛乳	ハヤシライス チーズサラダ アセロラミルクゼリー	ごはん じゃがいも ゼリー	あぶら ドレッシング	ぶたにく	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ エリンギ にんにく キャベツ きゅうり	513 15.3 19.0 1.7	メープルマ フィン 麦茶
15	月	ごはん	牛乳	さばのみそ煮 小松菜のおかかあえ けんちん汁	ごはん じゃがいも	あぶら	さば みそ かつおぶし あぶらあげ とうふ	牛乳	こまつな にんじん	もやし だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	490 20.2 22.0 2.0	パンズパン 牛乳
16	火	こめっごぼん	牛乳	チキンナゲット(2) 三色サラダ コーンクリームスープ	パン じゃがいも	あぶら ドレッシング	とりにく ベーコン	牛乳	にんじん	きゅうり もやし コーン たまねぎ	500 20.5 21.6 2.3	バターロール 牛乳 はちみつレモ ンゼリー
17	水	ごはん	牛乳	二色そばろ のり酢あえ じゃがいものみそ汁	ごはん さとう じゃがいも	あぶら ごまあぶら	いりたまご とりにく とうふ だいず みそ あぶらあげ	牛乳 のり	にんじん	しょうが もやし たまねぎ ねぎ きゅうり	459 21.3 16.5 2.0	こめっごぼん 牛乳 プリン
18	木	ごはん	牛乳	えびカツ(ソ) キャベツのあさづけ すまし汁 お祝いゼリー	ごはん パン粉 ゼリー	あぶら ごま	えび とうふ かまぼこ	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり えのき だいこん ねぎ ししいたけ	475 17.3 16.5 1.4	
19	金	パーカーハウス	牛乳	ハンバーグデミグラスソースかけ カラフルサラダ コンソメスープ	パン さとう	あぶら ドレッシング	ハンバーグ ベーコン	牛乳	にんじん	たまねぎ きゅうり キャベツ 赤ピーマン 黄ピーマン コーン パセリ	485 21.0 22.0 2.4	
22	月	ラーメン	牛乳	海鮮しゅうまい(2) 小松菜のナムル しょうゆラーメンスープ 中華蒸しパン	ラーメン しゅうまいの 皮 中華蒸しパン	ドレッシング	えび ぶたにく なると	牛乳 わかめ	こまつな にんじん	もやし ねぎ にんにく	570 23.1 17.6 3.6	
23	火	ごはん	牛乳	あかうお さいきょうや 赤魚の西京焼き ひじきの炒り煮 すいとん	ごはん さとう すいとん	あぶら	あかうお みそ さつまあげ だいず ぶたにく	牛乳 ひじき	にんじん	こんにゃく だいこん ねぎ ししいたけ	466 22.2 13.5 1.7	
24	水	まぎ 麦ごはん	牛乳	ポークカレー こんにゃくサラダ ヨーグルト	ごはん じゃがいも	あぶら ドレッシング	ぶたにく	牛乳 わかめ ヨーグル ト	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく こんにゃく キャベツ きゅうり	519 18.1 17.0 1.9	
25	木	チキンピラフ	牛乳	きのこのドリアソース グリーンサラダ 豆乳プリン	ピラフ プリン	あぶら ドレッシング	とりにく ベーコン	牛乳	にんじん	たまねぎ コーン エリンギ しめじ キャベツ きゅうり	495 15.6 14.1 2.2	
26	金	わかめごはん	牛乳	さわらのねぎソースかけ 香味づけ 豚汁	ごはん かたくりこ じゃがいも	あぶら ごまあぶら	さわら ぶたにく とうふ みそ	牛乳 わかめ	にんじん	ねぎ しょうが キャベツ きゅうり だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	481 20.5 17.8 2.6	
30	火	ごはん	牛乳	わかどり 若鶏のから揚げ(2) キャベツのごまあえ 高野豆腐のみそ汁	ごはん かたくりこ さとう	あぶら ごま	とりにく みそ こうやとうふ あぶらあげ	牛乳	にんじん こまつな	しょうが キャベツ もやし だいこん ねぎ	548 24.7 25.4 2.2	

☆()の数はもりつけ数です。★(ソ)はソース が別につきます。



【4月分給食費口座振替日】
4月30日(火)

【今月の前橋産の食材】
●お米
●とりにく
●きゅうり・こまつな・ねぎ
キャベツなど



月平均栄養量	496 20.1 18.7 2.1
--------	----------------------------