

4月 こんだてひょう

こんげつのもくひょう

しょうずにはいぜんしょう

平成31年

北区立 桐ヶ丘郷小学校

日曜	こんだて	にぎゆゆう	あかのしょくひん	きいろのしょくひん	みどりのしょくひん	えいようか	行事
			ちやにくになるしょくひん	はたらくちからになるしょくひん	からだのちょうしをととのえるしょくひん		
9火	チキンカレー ふくじんづけ グリーンサラダ		とりにく,ぎゅうにゅう,かつお,ハム	こめ,あぶら,じゃがいも,バター,こむぎこ,さとう	にんにく,しょうが,セロリー,たまねぎ,トマト,にんじん,りんご,トマトケチャップ,ふくじんづけ,キャベツ,コーン,きゅうり	708 17.4	
10水	きなこあげパン しらたまスープ じゃがバター		きなこ,ぎゅうにゅう,とうふ,けつりぶし,こんぶ,とりにく,たまご	ショートニングパン,さとう,しらたまご,こまあぶら,じゃがいも,バター	ほししいたけ,にんじん,キャベツ,ねぎ,こまつな	632 22.8	
11木	やきそば べにしょうが あんにんどうふ		ぶたにく,ぎゅうにゅう,かんてん,エバミルク	ちゅうかめん,あぶら	たまねぎ,にんじん,キャベツ,もやし,にら,あおのり,べにしょうが,パイン,もも,みかん	593 18.0	
12金	エビクリームライス マカロニスープ くだもの		とりにく,えび,ぎゅうにゅう,ベーコン,ぶたにく	こめ,バター,あぶら,こむぎこ,かたくりこ,じゃがいも,マカロニ	にんじん,たまねぎ,マッシュルーム,しょうが,セロリー,ピーマン,コーン,にんにく,キャベツ,くだもの	666 23.6	
15月	ごはん にくじゃがのうまに かみかみつくだに みそしる		ぎゅうにゅう,ぶたにく,けずりぶし,さつまあげ,じゃこ,しおこんぶ,わかめ,みそ	こめ,あぶら,こんにゃく,さとう,じゃがいも,ごま	にんじん,たまねぎ,さやいんげん,だいこん,ねぎ	637 30.0	
16火	キムタクチャーハン わかめスープ くだもの		ぶたにく,ぎゅうにゅう,とりにく,みそ,とうふ,わかめ	こめ,あぶら,ごま,こまあぶら	にんじん,キムチ,だいこん,ピーマン,にんにく,たまねぎ,ねぎ,くだもの	587 21.3	
17水	ちゅうかどん だいずとじゃこのあまからあげ はるさめサラダ		ぶた,いか,えび,かまぼこ,うずらのたまご,ぎゅうにゅう,だいず,じゃこ,ハム	こめ,あぶら,さとう,かたくりこ,ごまあぶら,ごま,はるさめ	にんにく,しょうが,しいたけ,たけのこ,にんじん,ねぎ,もやし,キャベツ,チンゲンツアイ,きゅうり,たまねぎ	669 28.6	
18木	はちみつトースト ABCスープ クルトンいりハニーサラダ		ぎゅうにゅう,ベーコン,とりにく	しょくパン,バター,はちみつ,あぶら,じゃがいも,アルファベットマカロニ	たまねぎ,にんじん,キャベツ,セロリー,きゅうり	603 20.3	
19金	わかめごはん しろみざかなのチリソース パンサンスー かんとんスープ		わかめ,ぎゅうにゅう,ホキ,ハム,ベーコン,とうふ	こめ,ごま,かたくりこ,こむぎこ,ごまあぶら,さとう,はるさめ,あぶら	にんにく,しょうが,ねぎ,トマトケチャップ,もやし,にんじん,きゅうり,たまねぎ,しいたけ,たけのこ,キャベツ,チンゲンツアイ	603 24.6	
22月	チリピーズライス コールスローサラダ		ベーコン,ぶたにく,とりにく,だいず,チーズ,ぎゅうにゅう	こめ,あぶら,じゃがいも,バター,さとう	トマトピューレ,にんにく,たまねぎ,にんじん,トマトジュース,トマトケチャップ,キャベツ	610 20.6	
23火	フレンチトースト ミネストローネ じゃがいものハニーサラダ		たまご,ぎゅうにゅう,ベーコン,チーズ	しょくパン,さとう,バター,あぶら,マカロニ,じゃがいも,はちみつ	にんにく,たまねぎ,セロリー,キャベツ,トマト,トマトケチャップ,パセリ,きゅうり,にんじん	610 22.9	
24水	ちゅうかおこわ ワンタンスープ りんごゼリー		ほしえび,ぶたにく,ぎゅうにゅう,ぶたにく,とりにく,かんてん	もちこめ,こめ,あぶら,さとう,はるさめ,ワンタンのかわ,ごまあぶら	にんじん,たまねぎ,しいたけ,たけのこ,はくさい,チンゲンツアイ,ねぎ,もやし,しょうが,りんごジュース	591 19.5	B4
25木	さんまごはん すいもの やさいのこぶちゃあえ		さんま,たまご,けずりぶし,こんぶ,ぎゅうにゅう	こめ,ごま,かたくりこ,こむぎこ,あぶら,さとう	しそ,みつば,キャベツ,だいこん,にんじん,きゅうり	612 22.2	B6
26金	わふうスパゲティー グリーンサラダ さくらむしケーキ		ベーコン,とりにく,ぎゅうにゅう,たまご	スパゲティー,バター,あぶら,さとう,こむぎこ	にんにく,たまねぎ,にんじん,こまつな,しめじ,エリンギ,キャベツ,きゅうり	634 23.4	

※ 献立は食材購入などの都合により、変更することがあります。

※ 栄養価は中学年のものです。低学年は0.9倍 高学年は1.1倍になります。

※ 行事欄表示はA時程=A B時程=B BOOK=ブックメニュー クラス=ランチルーム給食又はバイキング給食 社会科見学=社となります。