



4月 小学校給食予定献立



平成26年

小学校用献立

室蘭市学校給食センター

北海道室蘭市祝津町3-6-100

TEL:0143-27-2511

FAX:0143-27-2512

日	主食	温食	副食	体をつくる	エネルギーになる	体の調子を整える	エネルギー
8 (火)	ごはん	あつあげのそばろに <small>パンにはさんでたべよう!</small>	・たまごやき	ぎゅうにゅう・あつあげ たまごやき とりにく	ごはん・さんおんとう じゃがいも・あぶら でんぷん	えだまめ・しょうが たまねぎ にんじん	569 607 662
9 (水)	バーガーパン	ベーコンとうすらたまごのスープ	・テリヤキハンバーグ ・プリン	ぎゅうにゅう・ベーコン うすらのたまご・プリン テリヤキハンバーグ	バーガーパン パンこ さとう	にんじん・ほうれんそう たまねぎ キャベツ	643 659 673
10 (木)	ごはん	キャベツとぶたにくのみそいため	・ちくわのいそべあげ	ぎゅうにゅう・あかみそ ぶたにく・みそ あつあげ ちくわいそべあげ	ごはん さとう あぶら	キャベツ・ピーマン たまねぎ・しょうが にんじん・にんにく	581 615 667
11 (金)	ごはん	チキンカレー	・プルプルゼリー	ぎゅうにゅう なまクリーム とりにく	ごはん・じゃがいも バター・ゼリー ナタ・デ・ココ	たまねぎ・トマト にんじん・にんにく もも・みかん・パイナップル	656 705 775
14 (月)	ごはん	ごもくきんぴら	・さばのみそに	ぎゅうにゅう さばのみそに ぶたにく さつまあげ	ごはん・ごま しらたき・ごまあぶら さとう・あぶら	ごぼう・ピーマン にんじん だいこん	613 648 699
15 (火)	こくとうスライスパン	ポトフ	・ケチャップ にくだんご(2こ)	ぎゅうにゅう ベーコン・にくだんご ウインナー	こくとうパン じゃがいも パンこ	キャベツ・たまねぎ・コーン にんじん・ブロッコリー だいこん・しめじ	520 586 650
16 (水)	なのはなごはん	入学・進級おめでとうメニュー けんちんじる	・からあげ(2こ) ・もものタルト	ぎゅうにゅう とうふ・からあげ あぶらあげ	なのはなごはん こんにゃく・でんぷん ごまあぶら・あぶら もものタルト	にんじん ごぼう・ながねぎ だいこん	663 689 732
17 (木)	ソフトフランスパン	ホワイトシチュー	・とうふとやさいのナゲット(2こ)	ぎゅうにゅう とりにく とうふとやさいのナゲット	じゃがいも バター ソフトフランスパン あぶら	たまねぎ・コーン にんじん グリーンピース	474 623 674
18 (金)	ごはん	いりどり	・しろみざかなフライ	ぎゅうにゅう しろみざかなフライ つと・とりにく	ごはん・あぶら こんにゃく さとう	ごぼう・えだまめ にんじん たけのこ	585 615 665
21 (月)	スライスパン	ラビオリスープ	・メンチカツ ・いちごジャム	ぎゅうにゅう メンチカツ ぶたにく	スライスパン・ラビオリ じゃがいも・あぶら いちごジャム	にんじん・ほうれんそう たまねぎ・パセリ ブロッコリー	572 624 682
22 (火)	ごもくごはん	おでん	・いわしのうめに	ぎゅうにゅう・こんぶ うすらのたまご・ちくわ えだまめじゃこボール あぶらあげ・とりにく いわしのうめに	ごはん こんにゃく さとう	だいこん にんじん ごぼう・たけのこ	584 618 667
23 (水)	どうみつパン	ぶたにくとやさいのハヤシに	・オムレッツ	ぎゅうにゅう・とりにく ぶたにく なまクリーム	どうみつパン さとう あぶら・バター	たまねぎ・えだまめ ブロッコリー にんじん・にんにく マッシュルーム・トマト	532 603 675
24 (木)	ごはん	すいとんじる	・ぶたにくのしょうがやき	ぎゅうにゅう・とりにく ぶたにく なると・あぶらあげ	ごはん すいとん さとう	にんじん・たまねぎ ながねぎ・ピーマン ごぼう・もやし	590 633 695
25 (金)	ごはん	みそバターにくじゃが	・さんまのしょうがに	ぎゅうにゅう ぶたにく・みそ さんまのしょうがに	ごはん・バター じゃがいも・さとう あぶら・さとう	にんじん・グリーンピース たまねぎ ながねぎ	591 632 687
28 (月)	コッペパン	ニョッキのクリームに	・おうとうかん ・チョコクリーム	ぎゅうにゅう なまクリーム ベーコン	コッペパン ポテトニョッキ バター・チョコクリーム	コーン・えだまめ たまねぎ・ブロッコリー にんじん・おうとう	583 648 713
30 (水)	ごはん	マーボーとうふ	・えびシュウマイ(2こ)	ぎゅうにゅう とうふ・えびシュウマイ ぶたにく	ごはん でんぷん さとう	にら・しょうが ながねぎ しいたけ	590 628 682

	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
1人当たりの平均摂取栄養価	633kcal	26.8g	22.0g	2.4g

牛乳は毎日つきます。 お子様楽しく食べた給食です。給食費は忘れずに納めましょう。
「はし」は、毎日持ってきてください。(はしは毎日洗いましょう。都合により献立の一部を変更する場合があります。
アレルギー等で詳しい献立内容を確認したい場合は給食センター栄養教諭までご連絡ください。
室蘭市の学校給食センターホームページ(アドレス <http://www.city.muroran.lg.jp/main/org9600.html>)
献立表はメールでも配信しております。(アドレス http://www.city.muroran.lg.jp/im/org2260/mail_k.html)
右のQRコードからでも登録ページへ進むことができます。



今月の当日パン

17日

絵鞆・桜が丘・武揚
地球岬・天沢・大沢

