



# 4月こんだてひょう



月

火

水

木

金



☆きゅうしょくおとうばんさんは、

みじたくをしっかりとしてから、くばりましょう！



7日

さくらごはん  
すましじる  
とりのつくね  
うどとじゃがいものきんぴら  
ぎゅうにゅう

I補材 - 593 kcal

10日

11日

12日

13日

14日

ちゅうかどん  
きゅうりのレモンふうみあえ  
くだもの(べにこなつ)  
ぎゅうにゅう

スパゲティ・ミートソース  
コールスローサラダ  
にしょくゼリー  
ぎゅうにゅう  
1ねんせいきゅうしょくスタート

フレンチトースト  
はるキャベツとじゃがいものベーコンに  
やさいチップ  
ぎゅうにゅう

おにぎり(サケとわかめ)  
とんじる  
わふうぱりぱりサラダ  
ぎゅうにゅう

さんしょくそぼろごはん  
すましじる  
はるやさいのうまに  
ぎゅうにゅう

I補材 - 601 kcal

I補材 - 660 kcal

I補材 - 644 kcal

I補材 - 652 kcal

I補材 - 673 kcal

17日

18日

19日

20日

21日

ごはん  
さわらのさいきょうやき  
にくじゃが  
ごまあえ  
ぎゅうにゅう

ミルクパン  
たまごとやさいのスープ  
キャベツたっぷりメンチカツ  
だいこんサラダみそドレッシング  
ぎゅうにゅう

じゃこいりチャーハン  
ワンタンスープ  
くだもの(きよみオレンジ)  
ぎゅうにゅう

ごはん  
ひじきふりかけ  
みそしる  
あつやきたまご  
あぶらあげと野菜のおひたし  
ぎゅうにゅう

たけのこごはん  
さわにわん  
さわらのてりやき  
いそあえ  
ぎゅうにゅう

I補材 - 662 kcal

I補材 - 672 kcal 3年生えんそく

I補材 - 615 kcal

I補材 - 638 kcal

I補材 - 574 kcal

24日

25日

26日

27日

28日

にくうどん  
あさづけ  
ひゅうがなつのオレンジケーキ  
ぎゅうにゅう

カレーピラフ  
メダイのバジルやき  
ポテトのハニーサラダ  
ぎゅうにゅう

マーボーどん  
ハンサンスー(はるさめサラダ)  
くだもの(なつみみかん)  
ぎゅうにゅう

にしょくサンド(ツナ・ジャム)  
クラムチャウダー  
グリーンサラダ  
ぎゅうにゅう

ごはん  
とうふとホタテのちゅうかスープ  
ジャンボあげぎょうざ  
やさいのエスニックひたし  
ぎゅうにゅう

I補材 - 662 kcal

I補材 - 705 kcal 4年生えんそく

I補材 - 673 kcal

I補材 - 628 kcal

I補材 - 666 kcal