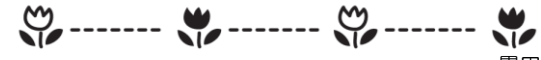


4月

よていこんだてひょう



墨田区立二葉小学校

ひにち	ようび	こんだてのなまえ		ひとこと	血や肉になるもの【赤】	体の調子をととのえるもの【緑】	力や体温になるもの【黄】	1人分 kcal	たんぱく質 g	
11	月	 マーボー丼	牛乳	中華サラダ 清見オレンジ	今年度も感染症に気を付けて給食時間を過ごしましょう。	牛乳 豚肉 みそ 豆腐	にんにく しょうが ねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ にら キャベツ もやし きゅうり きよみオレンジ	米 油 さとう でんぷん ごま油 ごま	611	22.9
12	火	わかめごはん	牛乳	さわらのピリから焼き ツナあえ みそ汁	さわらは「鯖」と書きます。文字通り春が旬の魚です！	牛乳 わかめ さわら ツナ みそ	しょうが キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ えのき さやえんどう	米 ごま ごま油 さとう 油 じゃがいも	612	26.1
13	水	ソース焼きそば	牛乳	じゃがいもサラダ フルーツ杏仁 	給食はドレッシングやタレも手作りしています。	牛乳 豚肉 青のり 粉寒天 エバミルク	たまねぎ キャベツ もやし にんじん えのき きゅうり みかん缶 パイン缶 もも缶	中華めん 油 じゃがいも さとう	612	21
14	木	ビーンズピザトースト 	牛乳	ハニーサラダ キャロットポタージュ	ハニーサラダは二葉小で一番人気のメニューです☆	牛乳 ベーコン サラミ ハム 大豆 チーズ 豆乳 生クリーム	にんにく たまねぎ ホールトマト マッシュルーム ピーマン にんじん キャベツ きゅうり セロリ パセリ	パン 油 じゃがいも はちみつ 米粉	660	24.8
15	金	ごはん	牛乳	さばの香味焼き おひたし 豚汁	給食のごはんは山形県産の「つや姫」という品種です。	牛乳 さば みそ 糸けすり 豚肉 豆腐	にんにく しょうが ねぎ キャベツ もやし にんじん こまつな ごぼう だいこん	米 ごま油 さとう ごま じゃがいも	665	29.3
18	月	 ごはん	牛乳	春巻き チンゲン菜と卵のスープ 美生柑	愛情込めて給食室でひとつひとつ春巻きを包みます。	牛乳 豚肉 ベーコン 鶏肉 豆腐 たまご	ほししいたけ たけのこ キャベツ にんじん にら たまねぎ チンゲンサイ みしょうかん	米 油 春巻きの皮 緑豆春雨 でんぷん	659	22.3
19	火	スパゲティ・海の幸ソース	牛乳	ハニーマスタードサラダ オレンジゼリー 	トマトソースにえびといかを入れました。	牛乳 豚肉 えび いか 粉寒天	セロリ にんにく たまねぎ にんじん ホールトマト マッシュルーム ピーマン キャベツ きゅうり オレンジジュース、みかん缶	スパゲティ 油 米粉 じゃがいも はちみつ さとう	599	23.9
20	水	ねぎ塩豚丼	牛乳	じゃこサラダ メロン	じゃこはカルシウムたっぷりです。	牛乳 豚肉 ちりめんじゃこ	ねぎ にんにく たまねぎ にら もやし こねぎ レモン キャベツ きゅうり にんじん コーン メロン	米 油 ごま油 でんぷん さとう	622	23.8
21	木	ミルクパン	牛乳	ツナオムレツ カレービーンズ ポトフ	給食には大豆がよく登場します。いろいろな調理法で食べやすくしています。	牛乳 ツナ たまご 大豆 ベーコン ウィンナー	しょうが にんじん たまねぎ こまつな セロリ キャベツ パセリ	パン 油 さとう でんぷん じゃがいも	659	29
22	金	 たけのこごはん	牛乳	鮭の塩焼き ごま酢あえ かきたま汁	旬のたけのこです♪新たけのこは実がやわらかく甘みがあります。	牛乳 油あげ 鮭 豆腐 たまご	たけのこ さやいんげん もやし にんじん きゅうり たまねぎ えのき こまつな	米 ごま さとう ごま油 でんぷん	583	27.6
25	月	カレーライス 	牛乳	海藻サラダ 河内晩柑	カレーのルーも手作りで、玉ねぎを給色に炒めてコクを出します。	牛乳 豚肉 糸寒天	にんにく しょうが セロリ たまねぎ にんじん もやし きゅうり かわちばんかん	米 油 じゃがいも 小麦粉 ごま さとう ごま油	658	19.3
26	火	五目おこわ	牛乳	豆あじのからあげ からしあえ 呉汁	パリッとあげたからあげは、肩こり食べられます。	牛乳 豚肉 油あげ 豆あじ 豆腐 大豆 みそ	しょうが ほししいたけ たけのこ キャベツ にんじん もやし こまつな ごぼう だいこん ねぎ	米 もち米 油 ごま油 でんぷん さとう じゃがいも	620	26.5
27	水	若竹うどん	牛乳	野菜のかわりソースかけ 抹茶マーブルケーキ	若竹はわかめとたけのこです。春の食材の組み合わせで、新芽のパワーをいただきます。	牛乳 鶏肉 油あげ わかめ たまご 豆乳	たまねぎ にんじん えのき たけのこ ねぎ キャベツ きゅうり	うどん さとう 油 小麦粉 粉さとう	619	22
28	木	セサミゼノワーズパン	牛乳	ポークビーンズ コーンサラダ	ごまは給食室ですりこまにするので、香りが豊かです。	牛乳 たまご 豚肉 大豆	にんにく たまねぎ にんじん エリンギ キャベツ きゅうり コーン	パン バター さとう ざらめ ごま 小麦粉 油 じゃがいも	694	24.9

☆献立は都合により変更することがあります。ご了承ください。



4月の給食目標は・・・
「給食の準備や後片づけを上手にしよう」です！