

平成31年度4月分学校給食献立予定表(前半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしをととのえるもの	調味料ほか		
★ はし り	金	マー婆ーどんぶり	牛肉 豚肉 だいす 豆腐 みそ(赤・合わせ)	砂糖 ごま油 でんぶん 米	たまねぎ にんじん しいたけ にら たけのこ にんにく しょうが	ケチャップ こいくちしょうゆ とうばんじやん 麻婆豆腐の素	627	23. 3
		牛乳	牛乳					
		おしんこサラダ	こんぶ	ごま 砂糖 ごま油	だいこん にんじん 山川漬	うすぐちしょうゆ 酢		
		レモンゼリー	寒天	砂糖 水あめ	レモン果汁	ゲル化剤 香料		
★ はし り	月	米粉入りパン		パン			624	25. 5
		いちごジャム			いちごジャム			
		牛乳	牛乳					
		春野菜のクリーム煮	鶏肉 ベーコン 牛乳	じゃがいも サラダ油	キャベツ アスパラガス 菜の花 たまねぎ にんじん エリンギ コーン しめじ	ホワイトルウ 白ワイン 食塩 白こしょう		
		かりぽり煮干し	煮干し	砂糖 ごま	レーズン	こいくちしょうゆ みりん		
★ はし り	火	菜の花ごはん	豚肉 だいす	砂糖 サラダ油 米	菜の花 コーン しょうが	うすぐちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒	587	23. 0
		牛乳	牛乳					
		みそけんちん汁	鶏肉 豆腐 合わせみそ	じゃがいも サラダ油	だいこん 白こんにゃく にんじん ごぼう 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		くだもの			くだもの			
★ はし り	水	ごはん		米			567	23. 5
		牛乳	牛乳					
		つわとたけのこの煮物	鶏肉 厚揚げ うずら卵 さつま揚げ こんぶ	じゃがいも 砂糖	黒こんにゃく にんじん つわ しいたけ たけのこ	うすぐちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん 酒 かつお節(だし)		
		手作りふりかけ	しらす干し 青のり粉 わかめ	ごま ごま油		酒		
★ はし り	木	セルフバーガー ^(バーガーパン・かつおミンチカツ・ボイルキャベツ・マイティソース)	かつおミンチカツ(かつお)	かつおミンチカツ (豚脂・パン粉・砂糖・うるち白米粉) なたね油 パン	かつおミンチカツ (たまねぎ・キャベツ・ごぼう・にんじん) キャベツ	かつおミンチカツ(食塩・魚しょう・こしょう) マイティソース	574	19. 4
		牛乳	牛乳					
		はるさめスープ	ロースハム	緑豆春雨	たまねぎ にんじん こまつな きくらげ	うすぐちしょうゆ 酒 中華だし 食塩 白こしょう		
		ごはん		米				
★ はし り	金	牛乳	牛乳				646	24. 5
		春キャベツのみぞ汁	豆腐 わかめ 合わせみそ		キャベツ にんじん 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		ハンバーグのきのこソースかけ	ハンバーグ(鶏肉・豚肉)	ハンバーグ (豚脂・砂糖・加工デンプン) 砂糖	ハンバーグ(たまねぎ・しょうが・にんにく) えのきたけ しめじ まいたけ エリンギ パセリ	ハンバーグ(食塩・香辛料) ケチャップ ウスターーソース デミグラスソース		
		コッペパン		パン				
★ はし り	月	牛乳	牛乳				593	21. 0
		ジュリアンスープ	ベーコン	じゃがいも	たまねぎ キャベツ にんじん	うすぐちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう		
		豚肉 だいす 粉チーズ 脱脂粉乳		ベンネ サラダ油	たまねぎ にんじん セロリ パセリ にんにく	ケチャップ トマトピューレー 赤ワイン デミグラスソース ウスターーソース こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう		
		ペンネのミートソースかけ						
★ はし り	火	ごはん		米			581	22. 8
		牛乳	牛乳					
		若竹みそ汁	豆腐 わかめ 合わせみそ		たけのこ にんじん えのきたけ 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		さばの竜田揚げ	さば みそ	でん粉 小麦粉 砂糖 なたね油	しょうが	しょうゆ みりん 食塩		
★ はし り	水	浅漬け		青しそドレッシング	きゅうり		606	21. 7
		黒米入りごはん		米 黒米				
		牛乳	牛乳					
		肉じゃが	牛肉 豚肉 厚揚げ うずら卵 さつま揚げ	じゃがいも 砂糖 サラダ油	たまねぎ にんじん いんげん 糸こんにゃく しいたけ にんにく しょうが	うすぐちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん		
		春の香あえ		和風ごまドレッシング	菜の花 キャベツ にんじん			
		いよかんゼリー	寒天	砂糖 ぶどう糖果糖溶液	いよかん果汁	香料		

※ 必ず、親子で食材について確認しましょう。特に、食物アレルギーのあるお子さんについては、毎日確認してください。

平成31年度4月分学校給食献立予定表(後半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日 曜	献立名	材料とその働き					エネルギー kcal	たんぱく質 g
		たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうどいところのもの	調味料ほか			
18 木	ドッグパン		パン					
	牛乳	牛乳						
	マカロニスープ	ベーコン	マカロニ	キャベツ たまねぎ にんじん セロリ こまつな	うすくちしょうゆ コンソメ 白ワイン 食塩 白こしょう		602	24.4
	チリコンカン	豚肉 だいす 白いんげん豆 エジプト豆 赤いんげん豆 いんげん豆	サラダ油	たまねぎ にんにく	ケチャップ とんかつソース タバスコ 食塩 白こしょう			
	飲むヨーグルト	ヨーグルト						
19 金	ポークカレー (麦ごはん)	豚肉 粉チーズ 脱脂粉乳 ヨーグルト	じゃがいも サラダ油 米 麦	たまねぎ にんじん グリンピース りんご にんにく	カレールウ 赤ワイン ケチャップ カレー粉 ウスターーソース		655	23.0
	牛乳	牛乳						
	グリーンサラダ		焙煎胡麻ドレッシング	キャベツ プロッコリー グリーンアスパラガス きゅうり				
22 月	テーブルロールパン		パン					
	牛乳	牛乳						
	ミートスパゲッティ	牛肉 豚肉 だいす 粉チーズ 脱脂粉乳	スパゲッティ オリーブ油	たまねぎ にんじん エリンギ ピーマン ズッキーニ にんにく	ケチャップ トマトピューレー 赤ワイン ウスターーソース デミグラスソース こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう		561	21.4
	セサミサラダ		ごま(いり・すり) 和風ごまだれ	キャベツ きゅうり コーン				
23 火	豚肉(もも・バラ) こんぶ 赤みそ	ごま サラダ油 米		キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン にんにく しょうが りんご	ケチャップ こいくちしょうゆ ウスターーソース 一味とうがらし 酒 みりん			
	牛乳	牛乳					588	23.0
	わかめスープ	豆腐 うずら卵 わかめ	ごま	たまねぎ えのきたけ にんじん コーン	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)			
	くだもの			くだもの				
24 水	ごはん		米					
	牛乳	牛乳						
	かきたま汁	鶏卵 豆腐 鶏肉 わかめ	でん粉	たまねぎ にんじん えのきたけ 葉ねぎ	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		626	29.7
	豚肉のみぞ焼き	豚肉 みぞ	砂糖 ごま油		みりん			
	浅漬け	塩昆布		キャベツ きゅうり にんじん				
25 木	バターパン		パン					
	牛乳	牛乳						
	豆腐の中華煮	豚肉 豆腐 かまぼこ	でん粉 サラダ油 ごま油	はくさい キャベツ にんじん たけのこ しいたけ えだまめ しょうが にんにく	うすくちしょうゆ 酒 中華だし オイスターソース みりん 食塩 白こしょう		576	27.9
	まつ茶りんかけ	だいす	砂糖 でん粉		まつ茶 食塩			
26 金	たけのこごはん	鶏肉 しらす干し 油揚げ さつま揚げ	砂糖 サラダ油 米	たけのこ にんじん しいたけ ごぼう えだまめ	うすくちしょうゆ 酒 みりん 食塩			
	牛乳	牛乳					621	23.5
	わかめのみぞ汁	厚揚げ わかめ 合わせみそ	じゃがいも	にんじん しめじ 葉ねぎ	かつお節(だし)			
	フルーツムース	加糖脱脂練乳 脱脂粉乳	異性化液糖 ヤシ油 砂糖 バター	みかん	増粘多糖類 香料			
お 知 ら せ	<今月の行事>		<はしをもつくる日>		入学・進級 おめでとうございます		平成31年度4月分平均栄養量	
	5日(金)	新任式、始業式(2年生～6年生は、給食あり) 入学式	★の日は、「はし」をもつくる日です。 きれいに洗ったはしを、わすれないように持ってきましょう。		心身ともに大きく成長するために、すきらい せず、栄養バランスのとれた食事と規則正しい 生活を心がけましょう。		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
	12日(金)	1年生給食開始	9日 10日 12日 16日 17日 24日 26日		602		23.6	
	29日(月)	昭和の日						
	30日(火)	退位の日						