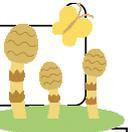


学校給食だより

令和6年 4月号
徳島県立板野支援学校 給食部発行



日 曜日	4月の予定献立			材 料 名				メ モ							
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの(赤)		体の調子を整えるもの(緑)		熱やカのもとになるもの(黄)		熱量	タンパク	脂肪	カルシウム	塩分	
				肉・魚・卵・豆/豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・くだもの	穀類・いも・さとう	油脂類	kcal	g	g	mg	g	
8月	 しぎょうしき こうにゅうがくしき 始業式/高入学式														
9月	 しょう ちゅうにゅうがくしき 小・中入学式														
10月	米粉入り パン	煮込みうどん ●野菜のレモンあえ いちごジャム さくらゼリー	鶏肉 油揚げ みそ いか	牛乳 ちりめん	にんじん にんじん	ごぼう 大根 白ねぎ キャベツ きゅうり レモン	パン うどん 砂糖 いちごジャム さくらゼリー			766	34.9	16.1	398	4.7	
11月	ごはん	ハンバーグの野菜ソース ●野菜のドレッシングあえ コーンスープ	ハンバーグ 鶏肉 豆腐	牛乳	にんじん パセリ トマト にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり たまねぎ コーン	ごはん 砂糖 デンプン	米油 ドレッシング		681	30.7	19.0	310	3.0	
12月	ごはん	ピビンバ(具) ●中華スープ	豚肉 卵 豆腐 ベーコン	牛乳	チンゲンサイ にんじん 葉ねぎ にんじん チンゲンサイ	ごぼう にんにく もやし きゅうり しいたけ 白菜	ごはん 砂糖 デンプン	ごま米油 ごま油		713	30.2	25.3	392	1.9	
15月	ごはん	親子煮 ●きゅうりとわかめの酢の物	鶏肉 がんもどき ちくわ 卵	牛乳 ちりめん わかめ	にんじん 	たけのこ たまねぎ 枝豆 しいたけ キャベツ きゅうり	ごはん 砂糖 砂糖	米油		713	36.2	19.7	423	2.8	
16月	ごはん	さばの塩焼き ●昆布あえ みそけんちん汁	さば 鶏肉 豆腐 みそ	牛乳 塩昆布	にんじん 葉ねぎ	キャベツ 大根	ごはん さといも	米油		705	37.7	24.6	331	2.6	
17月	米粉入り パン	いかと豆腐のチリソース煮 ●ばんさんすう みかんジャム	いか 豆腐 うずら卵 錦糸卵	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ 枝豆 にんにく しょうが キャベツ きゅうり	パン 砂糖 デンプン はるさめ 砂糖 みかんジャム	米油 ごま油		794	35.6	22.2	386	4.9	
18月	ごはん	豚肉と厚揚げのみそ炒め ●もやしのかつおかけ	豚肉 厚揚げ みそ かつお節	牛乳	葉ねぎ にんじん ピーマン チンゲンサイ	しょうが たけのこ もやし	ごはん 砂糖 こんにゃく	米油		719	33.5	23.3	359	2.5	
19月	ごはん	チリコンカンライス(具) ●ポテトスープ	大豆 豚肉 ベーコン 卵	牛乳	トマト ピーマン にんじん	たまねぎ コーン にんにく たまねぎ	ごはん じゃがいも デンプン	米油		766	30.8	29.3	278	1.5	
22月	ごはん	鶏肉のクリームシチュー ●ブロッコリーサラダ	鶏肉 白いんげん ハム	牛乳 スkimミルク	にんじん ブロッコリー	たまねぎ しめじ キャベツ	ごはん じゃがいも 小麦粉	バター ドレッシング		707	32.0	18.6	341	1.9	
23月	ごはん	ミートボールトマトソース煮 ●青じそドレッシングあえ	ミートボール 鶏肉 さつまいも かつお節	牛乳	にんじん トマト さやいんげん にんじん	たまねぎ マッシュルーム たけのこ しいたけ キャベツ もやし	ごはん ドレッシング	米油		691	36.8	20.4	368	2.5	
24月	米粉入り 小型パン	焼きそば ●フルーツヨーグルト りんごジャム	豚肉 さつまいも かつお節	牛乳 青のり ヨーグルト	にんじん ピーマン	たまねぎ パイン みかん 桃 レーズン	パン 中華めん	米油		805	27.6	22.0	398	3.1	
25月	ごはん	肉じゃが ●いかの酢みそあえ	豚肉 いか みそ	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ キャベツ キャベツ きゅうり	ごはん こんにゃく じゃがいも 砂糖 砂糖			699	30.2	15.2	319	2.6	
26月	ごはん	豚キムチ ●中華風コーンスープ	豚肉 卵	牛乳	にんじん ニラ 葉ねぎ	キムチ 白菜 もやし キャベツ コーン	ごはん 砂糖 デンプン	米油 ごま油 ごま油		680	29.4	20.3	317	1.7	
27月	ナン	ナンカレー(具) ●フルーツミックス	鶏肉 豚肉	牛乳 スkimミルク	にんじん トマト	にんにく しょうが たまねぎ 枝豆 桃 みかん パイン	ナン じゃがいも 砂糖 ゼリー	米油		735	30.3	26.7	328	3.6	
29月	 しょうわ の ひ 昭和の日														
30月	ごはん	鶏肉のから揚げ ●いんげんのごまあえ 大根とえのきのみそ汁	鶏肉 みそ 油揚げ 豆腐	牛乳 わかめ	さやいんげん 葉ねぎ にんじん	しょうが 大根 えのきたけ	ごはん 砂糖 砂糖	米油 ごま		683	23.7	20.0	305	3.1	
材料の購入、その他の理由により、献立を変更する場合があります。御了承ください。										平均値	724	31.8	21.3	346	2.8
材料の購入、その他の理由により、献立を変更する場合があります。御了承ください。										基準値	760	28.0	21~25	420	2.8

