

# 就実小学校 4月メニュー



自然派  
給食®

CENTRAL FOODS

		4月1日 (水)	4月2日 (木)	4月3日 (金)
		お休み	お休み	春休み
		牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)
		kcal	kcal	kcal
4月6日 (月)	4月7日 (火)	4月8日 (水)	4月9日 (木)	4月10日 (金)
春休み	春休み	「パンの日」 米粉パン (吉備中央町産) 鶏肉カレー風味焼 ポテトサラダ アスパラコーン炒め トマトスープ	「めんの日」 春野菜の豚汁うどん ししゃも焼き 三色金平	玄米入りご飯 春野菜コロッケ 野菜の納豆和え (トマト) みそ汁
牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)
kcal	kcal	500kcal	482kcal	730kcal
4月13日 (月)	4月14日 (火)	4月15日 (水)	4月16日 (木)	4月17日 (金)
玄米入りご飯 さばのみりん焼き ひじき五目煮 アスパラのお浸し みそ汁	「どんぶりの日」 野菜ビビンバ丼 パリパリサラダ 果物 (でこぼん)	たけのご飯 さわらの竜田揚げ 三色野菜磯和え 南瓜と枝豆の胡麻和え すまし汁	玄米入りご飯 鶏の胡麻味噌焼き 野菜の塩昆布納豆和え 果物 (りんご) みそ汁	「めんの日」 しょう油ラーメン 野菜焼売 野菜のしらす和え
牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)
670kcal	606kcal	706kcal	663kcal	475kcal
4月20日 (月)	4月21日 (火)	4月22日 (水)	4月23日 (木)	4月24日 (金)
「カレーの日」 チキン野菜カレー 切干サラダ 果物 (いちご)	玄米入りご飯 白身魚のトマト煮 キャベツじゃが芋和風炒め 和風マカロニサラダ 味噌汁	「めんの日」 きのこうどん 岩石揚げ 三色野菜の胡麻和え	玄米入りご飯 鮭ポテト焼き 野菜豆煮 スナッフえんどうの おかか和え みそ汁	玄米入りご飯 豚肉五目野菜炒め 甘辛ごぼう トマト甘酢和え みそ汁
牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)
657kcal	659kcal	470kcal	623kcal	668kcal
4月27日 (月)	4月28日 (火)	4月29日 (月)	4月30日 (木)	1ヶ月平均 (牛乳含む) 632 kcal
玄米入りご飯 さばフライ みかんサラダ いんげん胡麻和え みそ汁	玄米入りご飯 厚揚げ中華煮 はりはり漬け にらもやし炒め そうめんすまし汁	昭和の日 お休み	キャベツと塩昆布ご飯 さわらの西京焼き 野菜と納豆の和え物 かぼちゃ素揚げ みそ汁	基準値平均650kcal
牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	牛乳1本 (紙パック200ml)	
724kcal	671kcal	kcal	692kcal	



※栄養価表示について※  
素材の固体ことによる誤差や当日の調味料の使用状況によって変動がございます。  
「目安」としての表示にご理解願います。  
※食物アレルギーの方※  
集団調理の特性上、心配な方は必ず医師の指導の下、ご利用いただくようお願いいたします。



