



献立予定表

六郷工科・大森グループ

学校の新しい一年が始まります。
マナーを守って
楽しい給食にしましょう

2023年 4月



春休みのため前倒し・協力をお願いします！

この週の締切は 4月14日

月 10日	火 11日	水 12日	木 13日	金 14日
グリーンピースご飯 菜の花蒸し うどの酢味噌あえ 若筍汁 わらび餅 牛乳 入学おめでとう献立	麦ご飯 鶏肉とナッツの炒め物 中華漬け 中華スープ 牛乳	麦ご飯 鯖文化干し 浅漬、別、生姜 がんもと野菜の煮物 味噌汁、ソウ、マヨ コーヒー牛乳	親子丼 大根と桜エビの煮物 浅漬、別、生姜 まめぶ汁(岩手) 牛乳 	タコライス 麩のチャンプルー 沖縄風豚汁 牛乳 沖縄風献立
エネルギー 800 kcal たんぱく質 35.5 g 脂質 20.6 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 752 kcal たんぱく質 27.9 g 脂質 28.7 g 食塩相当量 3.2 g	エネルギー 738 kcal たんぱく質 30.8 g 脂質 27.4 g 食塩相当量 3.9 g	エネルギー 813 kcal たんぱく質 36.1 g 脂質 25.6 g 食塩相当量 3.9 g	エネルギー 854 kcal たんぱく質 42.2 g 脂質 34.6 g 食塩相当量 4.1 g
17日	18日	19日	20日	21日
ジャンバラヤ アメリカンサラダ クラムチャウダー 牛乳 アメリカンな献立	たけのこご飯 豆腐のまさご揚げ 胡瓜の@漬け 大根のピリ辛煮 さつま汁 牛乳 	麦ご飯 イタリアンハンバーグ コーンポテト 味噌汁、トウ、ナメコ 牛乳 	麦ご飯 鯖の味噌煮 枝豆のかき揚げ 茸のひつまみ汁(すいとん) 牛乳	雑穀米ごはん 鶏肉のつくね焼き ポテトと舞茸のバター醤油 大根とおあげの炊いたん 味噌汁、南瓜、玉葱 牛乳
エネルギー 768 kcal たんぱく質 31.7 g 脂質 34.9 g 食塩相当量 2.1 g	エネルギー 791 kcal たんぱく質 37.6 g 脂質 28.0 g 食塩相当量 3.4 g	エネルギー 855 kcal たんぱく質 40.3 g 脂質 34.0 g 食塩相当量 3.5 g	エネルギー 848 kcal たんぱく質 39.9 g 脂質 28.0 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 835 kcal たんぱく質 38.5 g 脂質 29.1 g 食塩相当量 4.2 g
24日	25日	26日	27日	28日
麦ご飯 鱈の南蛮漬け みそ煮込み 卵と冬瓜のスープ 牛乳	キムチチャーハン 大根もち 白菜と豚肉のスープ 牛乳	豚角煮丼 人参しりしり 辛味野菜 味噌汁、白菜、エキ 牛乳	麦ご飯 チキンのコーンフレーク焼き キャベツと桜エビのソテー 春野菜の煮物 味噌汁 マヨ・アゲ・ニラ 牛乳 	バター醤油スパゲッティ 野菜のタルタルソース焼き じゃが芋のクリームスープ 牛乳
エネルギー 748 kcal たんぱく質 33.9 g 脂質 17.0 g 食塩相当量 3.5 g	エネルギー 726 kcal たんぱく質 27.9 g 脂質 21.2 g 食塩相当量 3.8 g	エネルギー 914 kcal たんぱく質 34.3 g 脂質 45.1 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 792 kcal たんぱく質 37.8 g 脂質 26.0 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 758 kcal たんぱく質 32.5 g 脂質 32.5 g 食塩相当量 3.7 g