



4月献立表



入善町教育委員会
入善町立入善小学校

令和6年度

日曜	献立名	おもな材料とその働き					
		赤：おもに体の組織をつくる		緑：おもに体の調子を整える		黄：おもにエネルギーとなる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
5 金	ごはん ぎゅうにゅう やさいスープ とりにくのマスタードやき フレンチサラダ	ベーコン とりにく ★みそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり とうもろこし	★こめ さとう	たまごなしマヨネーズ こめあぶら
8 月	ごはん ぎゅうにゅう にくだんごのスープ オムレツ ごぼうサラダ	たまご ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	はくさい たまねぎ もやし ごぼう キャベツ きゅうり	★こめ でんぶん さとう	たまごなしマヨネーズ こめあぶら ごま
9 火	ごはん ぎゅうにゅう あつあげとやさいのみそしる ぶたにくのケチャップいため こふきいも	あつあげ ぶたにく ★みそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな ピーマン	もやし キャベツ たまねぎ しょうが	★こめ さとう でんぶん じゃがいも	こめあぶら
10 水	ごはん ぎゅうにゅう コーンスープ ハムステーキ キャベツのにくみそいため	とりにく ハム ぶたにく ★みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン とうがらし	とうもろこし たまねぎ キャベツ しょうが	★こめ さとう じゃがいも こめこ はるさめ	こめあぶら
11 木	ごはん ぎゅうにゅう ぶたじる さばのしおやき ゆかりあえ	ぶたにく もめんどうふ ★みそ さば	ぎゅうにゅう	にんじん あかしそ	ごぼう だいこん たまねぎ キャベツ きゅうり	★こめ じゃがいも こんにやく	
12 金	わかめごはん ぎゅうにゅう ワnantスープ とりのからあげ はるやさいのナムル おいおいゼリー	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	はくさい もやし しょうが キャベツ いちご	★こめ ワンタン でんぶん さとう こめこ	こめあぶら ごまあぶら ごま
15 月	ごはん ぎゅうにゅう にらとコーンのみそしる ぶたにくのアップルソース こまつなのからしあえ	もめんどうふ ぶたにく ★みそ	ぎゅうにゅう あおのり	にら にんじん こまつな	とうもろこし キャベツ もやし しょうが りんご レモン きゅうり	★こめ さとう	こめあぶら ごま
16 火	ごはん ぎゅうにゅう ミネストローネ しろみざかなのフライ さいかサラダ	とりにく ★だいず メルルーサ	ぎゅうにゅう	にんじん さいやいんげん トマト	たまねぎ セロリー キャベツ きゅうり レーズン みかん	★こめ さとう じゃがいも こむぎこ パンこ	こめあぶら
17 水	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ やきぎょうざ はるさめのすのもの	もめんどうふ ぶたにく とりにく ★みそ あかみそ	ぎゅうにゅう	にんじん とうがらし	しょうが にんにく にら ねぎ たけのこ たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり	★こめ さとう でんぶん こむぎこ はるさめ こめこ	ごまあぶら
18 木	ごはん ぎゅうにゅう ぐだくさんじる ハンバーグ にんじんサラダ	あつあげ ★みそ ぎゅうにゅう ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ きゅうり えのき とうもろこし	★こめ さとう パンこ	こめあぶら マーガリン
19 金	～ New 暦 の 日 ～						
19 金	くろまいごはん ぎゅうにゅう わふうポターージュ さけのこうそうやき ビーンズサラダ	とりにく ★みそ さけ ★だいず	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん パセリ バジル こまつな	たまねぎ にんにく キャベツ とうもろこし	★こめ ★くろまい じゃがいも さとう こめこ	こめあぶら
20 土	入善とみさん(富×3)の日						
20 土	ごはん ぎゅうにゅう はるやさいのにももの とりにくのてりやき みそドレッシングサラダ	がんもどき とりにく ★みそ	ぎゅうにゅう	にんじん さいやいんげん	たまねぎ たけのこ キャベツ きゅうり とうもろこし	★こめ じゃがいも さとう でんぶん こんにやく	こめあぶら
23 火	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかスープ はるまき はりはりあえ	もめんどうふ とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ ひじき	にんじん こまつな	もやし たまねぎ キャベツ しょうが きりぼしだいこん	★こめ さとう はるさめ こむぎこ でんぶん	こめあぶら ごま
24 水	たけのこごはん ぎゅうにゅう とうふとなめこのすましじる いかのこうみやき やさいとひじきのあえもの	うすあげ もめんどうふ ★みそ いか	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん こまつな	たけのこ なめこ だいこん しょうが にんにく キャベツ もやし	★こめ さとう やきふ	たまごなしマヨネーズ ごまあぶら ごま
25 木	やしきそば ぎゅうにゅう フランクフルト だいコーンサラダ クリームカステラ	ぶたにく フランクフルト たまご	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	もやし キャベツ たまねぎ だいこん とうもろこし きゅうり	ちゅうかめん さとう こむぎこ	こめあぶら ごまあぶら ごま
26 金	ごはん ぎゅうにゅう カレースープ あかうおのたつたあげ ごまずあえ	ウインナー あかうお	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな トマト ブロッコリー	たまねぎ しょうが もやし キャベツ	★こめ さとう じゃがいも こめこ でんぶん	こめあぶら ごま カレールウ
29 月	昭和の日						
30 火	ごはん ぎゅうにゅう かきたまじる メンチカツ しゃきしゃきあえ	もめんどうふ たまご とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ えのき キャベツ もやし きゅうり だいこん	★こめ でんぶん パンこ こむぎこ	こめあぶら

今月の地産産食材(★印)：こめ(ふふふ)・くろまい・みそ・だいず

※都合により献立を変更する場合があります。