



# 4月学校給食献立表

令和2年4月発行  
広島県立西条特別支援学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。4月は春を感じる食材をたくさん使った献立です。好き嫌いをせず残さず食べて、元気に1年間を過ごしましょう。

日	曜	献立名	材 料 名					栄養量 エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
			おもに体をつくるものになる		おもにエネルギーのもとになる		おもに体の調子を整えるものになる		
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	穀類・いも類 砂糖	油脂・種実	緑黄色野菜		その他の野菜 果物
8	水	カレーライス(ごはん) フルーツクリームあえ 牛乳	ぶたにく	スキムミルク ぎゅうにゅう	むぎ ごはん じゃがいも さとう	カレールウ あぶら	にんじん たまねぎ セロリ しょうが にんにく みかん もも パイン いちご	720 23.6	
9	木	コッペパン 豚肉と野菜のスープ煮 アスパラのソテー りんごジャム 牛乳	ぶたにく うずらたまご ベーコン	ぎゅうにゅう	コッペパン じゃがいも さとう りんごジャム	あぶら バター	にんじん パセリ たまねぎ キャベツ キャベツ コーン	772 27.4	
10	金	<b>入学祝い献立</b> 赤飯 トンカツ よろこんぶあえ お祝い汁 ぶどうゼリー 牛乳	トンカツ とうふ なるとまき	しおこんぶ ぎゅうにゅう	せきはん ぶどうゼリー	ごましお あぶら にんじん こまつな にんじん ねぎ	キャベツ えのきだけ たまねぎ	754 37.3	
13	月	こぎつねごはん(麦ごはん) けんちん汁 牛乳 かぼちゃムース	ぶたにく あぶらあげ ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	むぎ ごはん さとう さとも マロプリン	あぶら	にんじん しょうが えだまめ だいこん しろねぎ こんにやく しいたけ	756 33.1	
14	火	<b>小2リクエスト献立</b> チキンライス ハンバーグ ポテトサラダ 野菜たっぷりコンソメスープ ムース 牛乳	とりにく ハンバーグ ハム ベーコン	ぎゅうにゅう	ごはん じゃがいも さとう じゃがいも ムース	あぶら	にんじん たまねぎ グリンピース マッシュルーム しいたけ レモンかじゅう たまねぎ キャベツ コーン	799 26.7	
15	水	ごはん 家常 豆腐 ひじきのマリネ 牛乳	あつあげ ぶたにく みそ ハム	ひじき ぎゅうにゅう	ごはん さとう でんぶん さとう	あぶら あぶら	にんじん ピーマン にんじん きゅうり キャベツ	キャベツ たけのこ しょうが えのきだけ しろねぎ	757 30.2
16	木	バターパン クリームシチュー 三色ソテー いちご 牛乳	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう バター	リッチパン じゃがいも じゃがいも	ホワイトルウ あぶら	にんじん アスパラガス たまねぎ グリンピース コーン いちご	733 29.3	
17	金	<b>食育の日</b> 麦ごはん 鯖の煮つけ りんごゼリー わけぎのめた ゆめまる汁 牛乳	さば あさり みそ とうふ あぶらあげ みそ	わかめ ぎゅうにゅう	さとう りんごゼリー ごはん じゃがいも	わけぎ なのはな ねぎ	ごぼう しいたけ こんにやく しょうが だいこん	763 37.5	
20	月	ごはん 麻婆豆腐 パンサンスー 牛乳	ぶたにく とうふ みそ ハム たまご	ぎゅうにゅう	ごはん さとう でんぶん さとう はるさめ	ごまあぶら ごまあぶら ごま	にんじん ねぎ にんじん きゅうり もやし	たまねぎ しいたけ こんにやく しょうが	724 32.4
21	火	ごはん 春のうま煮 春キャベツとブロッコリーのサラダ 牛乳	とりにく うずらたまご こうやとうふ	ぎゅうにゅう	ごはん じゃがいも さとう さとう	あぶら	にんじん にんじん ブロッコリー	たけのこ ふき こんにやく キャベツ きゅうり レモンかじゅう	734 29.9
22	水	麦ごはん あじの南蛮漬け フルーツムース じゃがいもたっぷりスープ 牛乳	あじ とりにく	ぎゅうにゅう	むぎ ごはん さとう でんぶん フルーツムース じゃがいも	あぶら あぶら	にんじん ピーマン にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ セロリ たまねぎ エリンギ キャベツ セロリ	724 31.3
23	木	小型パンインパン スパゲッティナポリタン 野菜スープ 牛乳	ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	チーズ コッペパン スパゲティ	あぶら	にんじん ピーマン にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム グリンピース にんにく キャベツ レタス	762 27.2
24	金	<b>広島県郷土料理</b> もぶりごはん(麦ごはん) 豚汁 牛乳 レモンゼリー	あさり あぶらあげ ぶたにく みそ	しらすほし ぎゅうにゅう	むぎ ごはん さとう さとも レモンゼリー	あぶら	にんじん さやいんげん にんじん ねぎ	ごぼう しいたけ しょうが こんにやく ごぼう だいこん しいたけ	699 32.9
27	月	ごはん 豚肉のみそ焼き ツナサラダ とうもろこしのスープ 牛乳 ヨーグルト	ぶたにくに みそ ツナ ベーコン	わかめ ぎゅうにゅう ヨーグルト	ごはん さとう でんぶん	ごま ノンエッグマヨネーズ	にんじん にんじん	キャベツ しょうが たまねぎ コーン	853 36.6
28	火	<b>端午の節句献立</b> 散らし寿司 菜の花の辛し和え 牛乳 鱈のみそマヨネーズ焼き 澄まし汁 柏餅	たまご さわら みそ とうふ はまぐり	ぎゅうにゅう	ちらしずし さとう かしわもち	ノンエッグマヨネーズ あぶら	なのはな にんじん にんじん ねぎ	しいたけ たまねぎ	757 34
29	水	<b>昭和の日</b>							
30	木	コッペパン ポークビーンズ はちみつ&マーガリン せとうちさっぱりサラダ 牛乳	ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう しらすほし	コッペパン さとう じゃがいも でんぶん さとう	あぶら ノンエッグマヨネーズ	にんじん トマト にんじん	たまねぎ にんにく グリンピース きゅうり キャベツ レモンかじゅう	785 30.3

\* 物資の都合により、献立を変更することがあります。  
\* こんにやくについて：こんにやくの原材料は、こんにやく芋ですが、体内の働きによって「おもに体の調子を整えるものになる働き(4群)」に分類しています。

季節の食材

菜の花



春キャベツ



アスパラガ



ふき



たけのこ



いちご



あさり



さわら

