



4月学校給食献立表

令和4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 魚・肉・卵 豆・豆製品		おもにエネルギーのもとになる 穀類・いも類 砂糖		おもに体の調子を整えるものになる 緑黄色野菜 その他の野菜 果物		
7 木	クロワッサン ビーフシチュー ヨーグルトあえ 牛乳	ぎゅうにく	ヨーグルト ぎゅうにゅう	クロワッサン じゃがいも		にんじん	たまねぎ マッシュルーム	706
8 金	ごはん 八宝菜 パンバンジー 牛乳	ぶたにく イカ うずらたまご		ごはん でんぶん はるさめ さとう	ごまあぶら	にんじん	パイナップル もも バナナ みかん いちご	24
11 月	小3リクエスト献 チャーハン 鶏の竜田揚げ 牛乳 エビ入りコロコロボテサラダ 卵とわかめのスープ	ぶたにく たまご とりにく	ぎゅうにゅう	ごはん さとう でんぶん	ごまあぶら あぶら	にんじん	しろねぎ しょうが	795
12 火	ごはん 春のうま煮 牛乳 春キャベツとブロッコリーのサラダ(和風ゆずドレッシング)	とりにく うずらたまご こうやどうふ		ごはん でんぶん じゃがいも さとう		にんじん	たけのこ こんにやく ふき	681
13 水	ごはん さわらの西京焼き ほうれん草のお浸し 豚汁 牛乳	さわら みそ さつまあげ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	ごはん さとう でんぶん			さとう さといも	あぶら
14 木	セサミパン 豚と野菜のスープ煮 アスパラのソテー 牛乳	ぶたにく うずらたまご	ぎゅうにゅう	セサミパン じゃがいも	あぶら パター	にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ	714
15 金	広島郷土料理 もぶりごはん(ごはん) けんちん汁 牛乳 レモンゼリー	ちくわ あぶらあげ	しらすぼし	ごはん さとう さといも レモンゼリー	あぶら	にんじん さやいんげん にんじん ほうれんそう	ごぼう しいたけ こんにやく	651
18 月	カレーライス(ごはん) クリームあえ 牛乳	ぶたにく		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 にんにく	662
19 火	食育の日 麦ごはん 鯖の煮つけ 菜の花の辛し和え ゆめ丸汁 牛乳	さば あぶらあげ どうふ みそ	ぎゅうにゅう	むぎ ごはん さとう でんぶん さとう じゃがいも			しょうが たけのこ えのきだけ	702
20 水	ごはん 麻婆豆腐 パンサンスー 牛乳	ぶたにく どうふ みそ	ぎゅうにゅう	ごはん さとう でんぶん	ごまあぶら	にんじん ねぎ	たまねぎ しいたけ にんにく しょうが	700
21 木	小型コッペパン スパゲティナポリタン 野菜スープ 牛乳 イチゴジャム	ぶたにく	チーズ	コッペパン マカロニスパゲティ	あぶら	にんじん ピーマン	たまねぎ にんにく マッシュルーム グリーンピース	726
22 金	麦ごはん 厚揚げの中華煮 もやしの中華和え 牛乳	ぶたにく あつあげ みそ	ぎゅうにゅう	むぎ ごはん さとう でんぶん さとう	ごまあぶら ごま ごまあぶら	にんじん いら にんじん	たまねぎ しょうが にんにく もやし きゅうり コーン	684
25 月	ごはん 魚の野菜のせ焼き 五目きんぴら 豆乳みそ汁 牛乳	さわら みそ さつまあげ みそ どうにゅう	ぎゅうにゅう	ごはん さとう	マヨネーズ あぶら あぶら	ピーマン にんじん にんじん ピーマン かぼちゃ	たまねぎ ごぼう こんにやく はくさい しろねぎ	701
26 火	ごはん 肉じゃが 花野菜の甘酢和え 牛乳	ぶたにく		ごはん じゃがいも しらたき さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら	にんじん	たまねぎ グリーンピース	658
27 水	ごはん 家常豆腐 ひじきのマリネ 牛乳	ぶたにく あつあげ みそ	ぎゅうにゅう	ごはん さとう でんぶん	あぶら	ピーマン にんじん	キャベツ たけのこ えのきだけ しろねぎ しょうが	701
28 木	ひろしま給食 コッペパン クラムチャウダー せとうちさっぱりサラダ 牛乳 マーシャルピーンズ	あさり ほたて ベーコン	ぎゅうにゅう	コッペパン じゃがいも さとう		にんじん パセリ	たまねぎ きゅうり キャベツ レモンかじゅう いちご	700
29 金								昭和の日

* 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。

季節の食糧

