4月 予定献立表

2024. 4. 8
京丹後市立
弥栄中学校

8日（月）

令和６年度
始業式

9日（火）

エネルギー６７６kcal
タンパク質 ２６．１g

主食	ごはん
主菜	白身魚の香草コーンフレーク焼き（コーンフレーク パセリ）
副菜	キャベツのソテー
副菜	マカロニスープ（マカロニ　えのきだけ）
牛乳	2・3年生のみ給食

10日（水）

令和６年度
入学式

11日（木）

エネルギー６４４kcal
タンパク質 ２３．８g

主食	花見寿司（鮭フレーク いんげん 紅しょうが）
副菜	おひたし
副菜	ふのすまし汁（きりぶ）
デザート	いちご
牛乳	

12日（金）

エネルギー８１８kcal
タンパク質 ３１．０g

主食	ごはん
主菜	鶏肉のからあげ
副菜	ポテトサラダ（ハム）
副菜	玉ねぎのみそ汁（えのきだけ 油揚げ）
牛乳	

15日（月）

エネルギー７４５kcal
タンパク質 ２６．０g

主食	ごはん（特別栽培米）
主菜	酢鶏（土しょうが パイン缶）
副菜	ワンタンスープ（ワンタン コーン）
デザート	オレンジ
牛乳	

16日（火）

エネルギー８２１kcal
タンパク質 ３１．９g

主食	ごはん（特別栽培米）
主菜	肉じゃが（油揚げ こんにゃく グリンピース）
副菜	ほうれん草のおかかあえ（かつおぶし）
副菜	大豆とじゃこのスナック（水あめ）
牛乳	

17日（水）

エネルギー６７２kcal
タンパク質 ２７．５g

主食	たけのこごはん（特別栽培米）（油揚）
主菜	豚肉と野菜のポン酢炒め（かたくり粉）
副菜	豆腐団子のみそ汁（土しょうが）
牛乳	

18日（木）

エネルギー７５２kcal
タンパク質 ２９．５g

主食	麦ごはん（特別栽培米）
主菜	ササミのレモンソースあえ（かたくり粉）
副菜	じゃがいものシャキシャキサラダ（アーモンド）
副菜	切干大根のスープ（切干大根）
牛乳	歯の日

19日（金）

エネルギー６９６kcal
タンパク質 ２８．６g

主食	ごはん（特別栽培米）
主菜	さわらとキャベツのホイル焼き（バター）
副菜	卵入りおひたし
副菜	生わかめのすまし汁（生わかめ）
牛乳	たんご・食の日

22日（月）

エネルギー７８１kcal
タンパク質２３．９g

主食	チキンカレーライス（麦ごはん）
主菜	（グリンピース）
副菜	フレンチサラダ（ハム）
デザート	いちごゼリー（いちごゼリーの素）
牛乳	

23日（火）

エネルギー７２４kcal
タンパク質 ２６．３g

主食	ごはん
主菜	たけのこバーグ
副菜	わかめの酢の物（カットわかめ）
副菜	沢煮椀（えのきだけ）
牛乳	

24日（水）

エネルギー７３３kcal
タンパク質 ３０．８g

主食	ごはん
主菜	サバのソース煮（土しょうが）
副菜	ササミと野菜の炒め物（ササミフレーク）
副菜	厚揚げのみそ汁（厚揚げ）
牛乳	３年生修学旅行 1・２年生のみ給食

25日（木）

エネルギー８０５kcal
タンパク質 ２６．３g

主食	麦ごはん
主菜	チリコンカン（コーン）
副菜	ハッシュドポテト
副菜	レモンサラダ
牛乳	世界の料理・アメリカ ３年生修学旅行 1・２年生のみ給食

26日（金）

エネルギー７４３kcal
タンパク質 ２４．８g

主食	ごはん
主菜	たけのこのかき揚げ（みつば）
副菜	マロニーきんぴら（マロニー さやいんげん つきこんにゃく）
副菜	かきたま汁
牛乳	３年生修学旅行 1・２年生のみ給食

29日（月）

エネルギー８７０kcal
タンパク質 ２７．８g

主食	ごはん（減量） ふりかけ
主菜	スパゲティミートソース（スパゲティ　合いびきミンチ　バター　マッシュルーム　トマト缶 チーズ　グリンピース）
副菜	シーフードマリネ（小松菜）
デザート	パンナコッタ（生クリーム　アガー）
牛乳	

30日（火）

PTA総会 振替休業日

＊給食物資状況により、急遽変更になることがあります。ご了承ください。