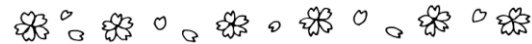
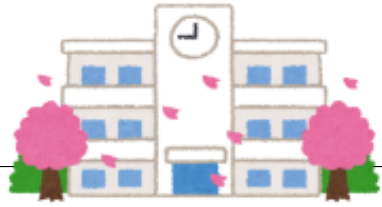







4月予定献立表



月	火	水	木	金	予約締切		
				<p>◎16日 春土用献立◎ 【『い』のつく食べ物】【白い食べ物】 土用は雑節のひとつで、実は夏の丑の日ではありません。春の土用は立夏の直前で、4月中旬～5月上旬頃にあたります。今年の土用戌の日は4月16日と28日で、この日に『い』から始まる食べ物や、色が白い食べ物を食べるとよいとされています。給食でも『い』のつく食べ物『いか』『いんげん』『いちご』、色の白い『大根』『もやし』などの食材を使います。</p>		<p>◎12日 パンの記念日◎ 1842年4月12日、江川太郎左衛門英龍(えがわたろうざえもん ひでたつ)が、軍用携帯食糧として「兵糧パン」と呼ばれる「乾パン」を作りました。これが日本で初めて焼かれたパンだと言われていて、いわば日本のパン発祥の日です。戦時下、火を起こす必要がなく、消化が良く、保存性・携帯性にも優れていることから、国を挙げてのパン製造が始まりました。</p>	
<p>8日</p> <p>ごはん 麻婆豆腐 ごまだれ春雨サラダ 中華スープ 杏仁フルーツ</p>  <p>エネルギー 828 kcal 食塩相当量 2.8 g たんぱく質 31.6 g 脂質 25.7 g</p>	<p>9日</p> <p>入学式</p> 	<p>10日</p> <p>キーマカレーライス イタリアンツナサラダ ポテトスープ グレープゼリー</p>  <p>エネルギー 850 kcal 食塩相当量 3.3 g たんぱく質 31.1 g 脂質 27.1 g</p>	<p>11日</p> <p>赤飯 鮭の花籠焼き 新じゃがのそぼろ煮 さくらサラダ 白菜の味噌汁、果物(いちご)</p>  <p>エネルギー 784 kcal 食塩相当量 3.4 g たんぱく質 34.9 g 脂質 22.9 g</p>	<p>12日★パンの記念日★</p> <p>シーフードグラパン ナポリタンソテー 豆とブロッコリーのサラダ ペイザンヌスープ 果物(柑橘類)</p>  <p>エネルギー 737 kcal 食塩相当量 2.9 g たんぱく質 33.4 g 脂質 27.8 g</p>	3/25 (金)		
<p>15日</p> <p>ジョア(ストロベリー)、ごはん 春キャベツメンチ 切干大根のカレー炒め ポテトサラダ 根菜の味噌汁</p>  <p>エネルギー 849 kcal 食塩相当量 2.8 g たんぱく質 28.7 g 脂質 25.9 g</p>	<p>16日◎春土用献立◎</p> <p>ごはん、いかの味噌マヨ焼き のり塩フライド大根 いんげんのごま和え もやしの味噌汁 いちごのせミルク寒天</p>  <p>エネルギー 803 kcal 食塩相当量 3.0 g たんぱく質 33.3 g 脂質 27.1 g</p>	<p>17日</p> <p>わかめご飯 鶏肉の唐揚げ 煮しめ 野菜のごま酢和え 南瓜の味噌汁、果物(柑橘類)</p>  <p>エネルギー 798 kcal 食塩相当量 3.1 g たんぱく質 32.1 g 脂質 25.8 g</p>	<p>18日</p> <p>ビビンバ チョレギサラダ 浅利と若布のスープ 白ごまミルクプリン</p>  <p>エネルギー 798 kcal 食塩相当量 2.8 g たんぱく質 31.0 g 脂質 32.7 g</p>	<p>19日予穀雨予</p> <p>ごはん 鱈の菜種焼き ポテト金平 野菜の芥子酢和え 蕪の味噌汁</p>  <p>エネルギー 790 kcal 食塩相当量 2.9 g たんぱく質 35.1 g 脂質 27.9 g</p>			
<p>22日</p> <p>親子丼 蕪のゆかり和え 春キャベツの豚汁 ずんだ白玉</p>  <p>エネルギー 805 kcal 食塩相当量 2.6 g たんぱく質 36.7 g 脂質 23.0 g</p>	<p>23日</p> <p>ガーリックピラフ ししゃものカレーソースがけ マスタードマヨサラダ イタリアン卵スープ(ミルファンテ) 豆乳ゼリー桃ソースがけ</p>  <p>エネルギー 816 kcal 食塩相当量 3.4 g たんぱく質 29.2 g 脂質 31.3 g</p>	<p>24日★山口県の料理★</p> <p>ごはん、チキンチキンごぼう けんちょう イカと葱のぬた すまし汁 果物(夏みかん)</p>  <p>エネルギー 829 kcal 食塩相当量 3.2 g たんぱく質 33.1 g 脂質 25.8 g</p>	<p>25日</p> <p>ミートソーススパゲッティ ブロッコリーのツナマヨサラダ レタスープ フルーツポンチ</p>  <p>エネルギー 836 kcal 食塩相当量 3.0 g たんぱく質 35.2 g 脂質 28.5 g</p>	<p>26日</p> <p>筍そぼろごはん 豚玉あんかけ豆腐 野菜の生姜酢和え じゃが芋の味噌汁 果物(柑橘類)</p>  <p>エネルギー 726 kcal 食塩相当量 3.2 g たんぱく質 32.6 g 脂質 22.5 g</p>	4/12 (金)		
<p>29日</p> 	<p>30日</p> <p>五目炒飯 春巻き 甜面醤のツナサラダ 白菜のスープ 果物(柑橘類)</p>  <p>エネルギー 829 kcal 食塩相当量 3.0 g たんぱく質 30.8 g 脂質 31.4 g</p>	<p>☆24日 山口県の料理☆ 【チキンチキンごぼう】【けんちょう】【ぬた】【萩風いとこ煮】 *【チキンチキンごぼう】は、山口県の学校給食から生まれた、甘辛醤油味が人気の県民のソルフードです。 *豆腐と大根などを甘辛く煮た【けんちょう】は、煮返すほどに美味しくなるため、一度にたくさん作るのだそうです。 *【ぬた】は一般的に野菜や魚介などと酢味噌を和えた料理で、全国的にも食べられていますが、特に山口県では、葱にクジラの尾(おばいけ)や魚介類を組み合わせたものが郷土食として親しまれています。 *【夏みかん】は、江戸時代に山口県長門市で偶然発生した果物で、名前とは裏腹に旬は春です。</p>		4/19 (金)			

※牛乳は毎日つきます。献立は都合により変更することがあります。