



# 4月のこんだて

※右肩の数字はエネルギー量です。(単位：キロカロリー)

月	火	水	木	金
<p>給食がはじまります！</p> <p>みんなで協力して準備をしましょう。</p>			<p>6</p> <p>入学式</p>	<p>7</p> <p>555</p> <p>ごはん</p> <p>酢豚</p> <p>春雨サラダ</p> <p>おうとう</p> <p>黄桃</p>
<p>15 (土) 605</p> <p>ピラフ</p> <p>野菜スープ</p> <p>マカロニサラダ</p>	<p>11</p> <p>792</p> <p>カレーライス</p> <p>大根サラダ</p> <p>バナナ</p> <p>1年生給食開始</p>	<p>12</p> <p>580</p> <p>ごはん</p> <p>中華スープ</p> <p>メンチカツ</p> <p>ナムル</p>	<p>13</p> <p>610</p> <p>菜の花ずし</p> <p>すまし汁</p> <p>魚の野菜あんかけ</p> <p>お祝いデザート</p> <p>入学進級おめでとう給食</p>	<p>14</p> <p>611</p> <p>ハンバーガー</p> <p>(パン・ハンバーガー・ポテト)</p> <p>ポトフ</p> <p>オレンジ</p>
<p>17</p> <p>671</p> <p>ごはん</p> <p>かきたま汁</p> <p>塩麴つけ焼きカウ</p> <p>切り干し大根の甘酢づけ</p>	<p>18</p> <p>569</p> <p>ごはん</p> <p>豚汁</p> <p>コロケ</p> <p>おひたし</p>	<p>19</p> <p>737</p> <p>ごはん</p> <p>コーンシチュー</p> <p>てりやきチキン</p> <p>野菜ソテー</p>	<p>20</p> <p>783</p> <p>親子丼</p> <p>さつまいも大豆の揚げ煮</p> <p>おかかあえ</p>	<p>21</p> <p>568</p> <p>きつねうどん</p> <p>焼きしゅうまい</p> <p>ごま酢あえ</p> <p>ゼリー</p>
<p>24</p> <p>671</p> <p>ごはん</p> <p>けんちん汁</p> <p>鶏肉のからあげ</p> <p>塩もみ</p>	<p>25</p> <p>602</p> <p>わかめごはん</p> <p>玉ねぎのみそ汁</p> <p>卵焼き</p> <p>煮びたし</p>	<p>26</p> <p>710</p> <p>ごはん</p> <p>肉じゃが</p> <p>春巻き</p> <p>酢のもの</p>	<p>27</p> <p>656</p> <p>ごはん</p> <p>豆腐のみそ汁</p> <p>さばのたつた揚げ</p> <p>ほうれん草のごまあえ</p>	<p>28</p> <p>834</p> <p>ミニパン</p> <p>コンソメスープ</p> <p>スパゲティホリタリ</p> <p>ドレッシングサラダ</p>

ご入学おめでとうございます



新学期を迎えて、期待とやる気に満ちていることと思います。その笑顔を支えるために、健康には十分注意して過ごしましょう。特に『朝ごはん』をしっかり食べて学校に来ましょう！！

