





# 4月分 献立予定表



立花小学校ホームページにも掲載中!

令和5年度

新宮町立 立花小学校

給食日	曜日	牛乳	献立名	使われている食品と主な働き			熱量 (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)
				あか 血や肉、骨になる	みどり 体の調子を整える	きいろ 熱や力のもとになる			
12	水	○	【給食開始】 豚ニラ丼(麦ごはん) パンサンスー カレー風味のかりかり大豆	ぶたにく ハム だいず ぎゅうにゅう	にら にんじん もやし たまねぎ きくらげ きゅうり	こめ むぎさとう はるさめ あぶら ごまあぶら ごま パター	639	23.9	21.2
14	金	○	麦ごはん 鯖の生姜煮 小松菜の香りとえ 豆乳入りみそ汁	さば みそ あつあげ とうにゅう ぎゅうにゅう のり★	にんじん こまつな キャベツ ねぶかねぎ たまねぎ	こめ むぎさとう じゃがいも	592	22.7	18.0
17	月	○	麦ごはん 白身魚の天ぷら 菜の花のごま和え みそ汁	ホキ みそ あぶらあげ ぎゅうにゅう	なのはな ほうれんそう にんじん わけぎ だいこん たまねぎ	こめ むぎさとう あぶら ごま	597	22.6	18.6
18	火	○	【一年生給食開始】 キャロットパン トマトソーススパゲティ 水菜のサラダ	ぶたにく ウインナー ぎゅうにゅう	トマト ほうれんそう にんじん みずな たまねぎ しめじ とうもろこし キャベツ	パン スパゲティ さとう オリーブあぶら	595	20.8	23.7
19	水	○	【食育の日:たまねぎ(古賀市産)】 ミンチカレー(麦ごはん) フルーツとゼリーの盛り合わせ	ぶたにく とうにゅう ぎゅうにゅう 	にんじん たまねぎ みかん パイン もも	こめ むぎ じゃがいも やさいゼリー あぶら	665	18.6	18.9
20	木	○	黒糖食パン 鶏の唐揚げ 海藻サラダ コーンクリームスープ	とりにく しろいんげんまめ ぎゅうにゅう かいそうサラダ★	にんじん みずな キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン でんぷん さとう ごま ごまあぶら	599	26.7	22.8
21	金	○	【お祝い献立】 赤飯 豆腐ハンバーグ(おろしソース) ほうれん草のゴママヨ和え 若竹汁	あずき とうふ、ハンバーグ とりにく とうふ ぎゅうにゅう わかめ★	ほうれんそう にんじん わけぎ だいこん きりぼしだいこん たけのこ	こめ もちごめ さとう でんぷん ごま マヨネーズ	629	21.6	23.3
24	月	○	麦ごはん 鯰フライ 切干大根の酢の物 豚汁	あじ みそ ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう わかめ★	にんじん きりぼしだいこん きゅうり だいこん ねぶかねぎ ごぼう こんにゃく	こめ むぎ さとう あぶら ごま ごまあぶら	615	22.9	18.6
25	火	○	【お誕生日給食】 ワンローフパン あまおういちごジャム 春野菜のクリームシチュー ブロッコリーサラダ 桜ゼリー	とりにく ハム ぎゅうにゅう 	アスパラガス にんじん ブロッコリー とうもろこし たまねぎ キャベツ	パン いちごジャム こむぎこ じゃがいも さとう あぶら バター ゼリー	635	21.7	23.7
26	水	○	たけのこご飯 鯖のおかか煮 アスパラガスのマヨネーズ和え すまし汁	あぶらあげ とりにく いわし とうふ ぎゅうにゅう かつおぶし	にんじん アスパラガス わけぎ しいたけ たけのこ キャベツ えのきたけ	さとう こめ ふ ごま マヨネーズ	614	23.8	24.2
27	木	○	コロッケバーガー(横割丸パン) (牛肉コロッケ、ゆでキャベツ) ミネストローネ ヨーグルト	ベーコン しろいんげんまめ ぎゅうにゅう ヨーグルト ぎゅうにゅう	にんじん トマト キャベツ セロリ たまねぎ	パン コロッケ じゃがいも あぶら	635	21.0	23.2
28	金	○	麦ごはん かりかりいりこ 回鍋肉 ワンタンスープ	ぶたにく みそ とりにく ぎゅうにゅう いりこ	にんじん ピーマン こまつな たまねぎ たけのこ キャベツ きくらげ	こめ むぎ さとう でんぷん ワンタン あぶら ごまあぶら	615	23.6	18.2

※体をつくる(赤)の仲間で体の調子を整える(緑)の働きもある食材に★印をつけています。※材料購入等の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。

※新宮町では、地産地消(住んでいる地域で作られた食材をその地域で消費すること)に取り組んでいます。

給食で使用する食材は、なるべく地元で採れたものを使用しています。4月に使用する予定の主な食材の産地は次のとおりです。

種類	主な産地	種類	主な産地	種類	主な産地	種類	主な産地
きゅうり	福岡・佐賀・熊本	にら	大分・熊本	もやし	福岡	こまつな・みずな たまねぎ・わけぎ ねぶかねぎ	糟屋郡 及び 古賀市 近郊
キャベツ	福岡・熊本・鹿児島	だいこん	福岡・長崎・鹿児島	しめじ	福岡		
セロリ	福岡	ピーマン	鹿児島・熊本・大分				