



れいわねんがつ よていこんだてひょう  
令和6年4月 予定献立表



高岡市立五位小学校

日	曜日	行事	主食	牛乳	副食	赤の食品 血や肉、骨になる	黄の食品 熱や力のもとになる	緑の食品 体の調子を整える	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)
9	火	給食開始	むぎ 麦ご飯	ぎゅうにゅう 牛乳	カレーライス 肉シューマイ きゃべつと胡瓜の和え物	ぎゅうにゅう 牛乳 豚肉 肉シューマイ	ごはん 小麦 油 じゃがいも	たま 玉ねぎ 人参 きゃべつ 胡瓜	663 19.7 18.1
10	水		コッペパン 乳	ぎゅうにゅう 牛乳	なっばコロッケ カラフルソー ワントンスープ ジャム	ぎゅうにゅう 牛乳 豚肉	コッペパン コロッケ 油 ワントン ジャム	きゃべつ ピーマン 白菜 赤ピーマン 黄ピーマン 人参 干し椎茸 ねぎ	611 21.2 22.5
11	木		ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	鯖のホイル焼き 茎わかめのきんぴら かきたま汁 干しプルーン	ぎゅうにゅう 牛乳 鯖のホイル焼き 茎わかめ さつま揚げ 卵	ごはん こんにやく ごま油 砂糖 ごま 麩 でんぷん	ごぼう 人参 いんげん たま 玉ねぎ プルーン	685 26.2 17.3
12	金	入学・進級 お祝い献立	せきはん 赤飯	ぎゅうにゅう 牛乳	赤魚のカレー揚げ 青菜と切干大根の浸し 味噌汁 お祝いゼリー	ぎゅうにゅう 牛乳 赤魚 油揚げ 味噌	せきはん 赤飯 でんぷん 上新粉 油 ごま ゼリー	こまつな 小松菜 きゃべつ 切干大根 人参 えのきたけ ねぎ	743 31.2 25.6
15	月		ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	豚肉のケチャップがらめ お花畑のサラダ 春雨スープ	ぎゅうにゅう 牛乳 豚肉 大豆 鶏肉	ごはん でんぷん 上新粉 油 砂糖 春雨 ごま油	しょうが 生姜 ブロッコリー コーン カリフラワー 赤ピーマン 人参 しめじ 白菜 ねぎ	684 25.0 21.1
16	火		ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	ふくらぎのみりん焼き 即席漬け 厚揚げと野菜の旨煮 ピーチシャーベット	ぎゅうにゅう 牛乳 ふくらぎ 鶏肉 厚揚げ 昆布	ごはん じゃがいも 砂糖 こんにやく	しょうが 生姜 白菜 胡瓜 人参 ふき 桃	687 29.2 21.0
17	水		1/2 コッペパン 乳	ぎゅうにゅう 牛乳	ソフト麺のミートソースかけ コーンエッグ 和え	ぎゅうにゅう 牛乳 豚肉 大豆 卵	コッペパン 油 砂糖 でんぷん ソフト麺	しょうが 生姜 玉ねぎ 人参 トマト マッシュルーム パセリ コーン りんご パイン みかん 桃 レーズン バナナ	692 27.7 18.5
18	木	郷土食献立	たけのこ ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	鮭のマヨネーズ焼き もやしの浸し 豆腐のすまし汁 青りんごゼリー	ぎゅうにゅう 牛乳 鮭 豆腐 油揚げ	しょうゆ 醤油ごはん 砂糖 麩 マヨネーズ ゼリー	たけのこ もやし 人参 胡瓜 なましいたけ 生椎茸 ねぎ	619 29.9 18.7
19	金	たかおか 食19并献立 地場産品献立	ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	春のカラフル五目丼 小松菜ときゃべつのごま和え じゃがいもの味噌汁 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 鶏肉 わかめ 味噌 ヨーグルト	ごはん 砂糖 油 でんぷん ごま じゃがいも	たま 玉ねぎ たけのこ 人参 なましいたけ 生姜 枝豆 小松菜 きゃべつ ねぎ	614 24.7 15.6
22	月		食パン 乳	ぎゅうにゅう 牛乳	ハンバーグ 茹で野菜 マカロニスープ スライスチーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 ハンバーグ ベーコン チーズ	しょう 食パン じゃがいも マカロニ	ブロッコリー 人参 きゃべつ たま 玉ねぎ しめじ	618 30.2 24.7
23	火		ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	ししゃものフリッター 三色浸し 江戸っ子煮	ぎゅうにゅう 牛乳 ししゃものフリッター 牛肉 大豆 高野豆腐 昆布	ごはん 油 ごま こんにやく 砂糖	きゃべつ ほうれん草 人参 たけのこ 干し椎茸	710 30.1 27.2
24	水		コッペパン 乳	ぎゅうにゅう 牛乳	オムレツ アスパラサラダ ビーフシチュー 冷凍パイン	ぎゅうにゅう 牛乳 オムレツ 牛肉	コッペパン 砂糖 油 ごま じゃがいも マーガリン 小麦粉	アスパラガス きゃべつ 胡瓜 たま 玉ねぎ マッシュルーム 人参 パイン	622 23.8 22.6
25	木		ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	ちくわの磯部揚げ 煮豆 味噌汁 オレンジ	ぎゅうにゅう 牛乳 ちくわ 卵 青のり 金時豆 油揚げ 味噌	ごはん 小麦粉 油 砂糖	だいこん 大根 玉ねぎ 人参 ねぎ オレンジ	709 27.0 17.9
26	金	地場産品献立	げんりょう 減量ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	焼き鯖 ほうれん草のごま味噌和え いなりうどん ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう 牛乳 しおさば みそ 油揚げ かまぼこ	ごはん ごま 砂糖 うどん ゼリー	ほうれん草 きゃべつ ねぎ えのきたけ 玉ねぎ 人参	712 32.6 25.0
27	土		ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	若鶏肉の照り焼き ビーフソテー 春キャベツのスープ	ぎゅうにゅう 牛乳 鶏肉 ベーコン	ごはん 砂糖 ビーフン 油	もやし 玉ねぎ 人参 生姜 きゃべつ コーン 青梗菜	638 28.3 19.1
29	月	昭和の日							
30	火	郷土食献立	ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	ほたるいかフライ きゃべつ生姜和え 肉じゃが 豆乳プリン	ぎゅうにゅう 牛乳 ほたるいかフライ 豚肉	ごはん 油 じゃがいも こんにやく 砂糖 プリン	きゃべつ 胡瓜 生姜 人参 たま 玉ねぎ いんげん	655 21.2 17.8

\* 献立は都合により変更する場合があります。

※下記の食品が含まれている場合は、献立の横に印をつけてあります。主な材料の欄とともにアレルギー除去の参考にしてください。

卵… 牛乳… 山芋… 生パイン… ナッツ類… くるみ…