

令和4年度



きゅう しょく こん だて よ てい ひょう

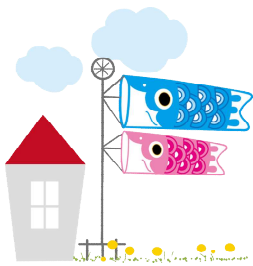
給食献立予定表

宇都宮市立田原小学校



こん げつ の きゅう しょく もく ひょう
今月の給食目標

じょうず じゅんぴ
上手に準備しよう！



日付	こんだてめい	加リー(kcal) たんぱく(g) 脂質(g)	おもなざいりょう		
			ち 血やにくになる	からだ ちょうし 体の調子をととのえる	ちから ねつ 力や熱のもとになる
2 (月)	むぎいりごはん きゅうにゅう	746	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	セルフたけのこごはんのぐ	28.1	あぶらあげ とりにく	たけのこ にんじん えだまめ	さとう
	★こどもの日 メニュー さわらのねぎみそやき	19	さわら みそ	ねぎ	
	ごまあえ かしわもち			ほうれんそう キャベツ もやし にんじん	ごま さとう あずき
6 (金)	むぎいりごはん きゅうにゅう	679	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ユーリンチー	25.3	とりにく	ねぎ こまつな しょうが にんにく	あぶら こむぎこ でんぶん
	ナムル	25.8		キャベツ もやし	
	ちゅうかスープ			にんじん たけのこ	はるさめ
9 (月)	むぎいりごはん きゅうにゅう	591	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ぶたにくのワインやき	25.4	ぶたにく	しょうが	
	ゆでやさい	14.3		キャベツ もやし にんじん かんぴょう コーン	ごま
	みそしる		みそ	たまねぎ	じゃがいも
10 (火)	こめこパン きゅうにゅう	557	ぎゅうにゅう		パン
	マカロニとアスパラのクリームに	23.4	えび ベーコン とうにゅう	たまねぎ にんじん アスパラ マッシュルーム	マカロニ あぶら こむぎこ マーガリン
	ゆでやさい ピーチコンポート	19.8	チーズ	こまつな コーン キャベツ もも	さとう
11 (水)	むぎいりごはん きゅうにゅう	633	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	セルフ牛丼	24.4	ぎゅうにく	たまねぎ ねぎ にんじん えだまめ	しらたき さとう ごま
	あつやきたまご	18.4	たまご		
	さっぱりあえ			こまつな もやし キャベツ	
12 (木)	むぎいりごはん きゅうにゅう	636	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	じゃこカツ	17.0	じゃこカツ		あぶら
	おひたし	17.2		こまつな キャベツ にんじん	ごま
	いなかじる		とうふ とりにく みそ	にんじん かんぴょう ごぼう	じゃがいも こんにゃく あぶら
13 (金)	むぎいりごはん きゅうにゅう	565	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	やきざかな	28.8	さば		
	ゆでやさい	12.7		こまつな キャベツ もやし	
	きりぼしだいこんのいためもの		ぶたにく	だいこん にんじん いんげん	
16 (月)	むぎいりごはん きゅうにゅう	551	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	しろみざかなのきしゅううめづけ	25.2	メルルーサ	しょうが ねりうめ	
	ゆでやさい	13.2		ほうれんそう キャベツ もやし にんじん	
	かむかむぶたじる		みそ ぶた あつあげ	だいこん ごぼう	こんにゃく
17 (火)	バンズパン きゅうにゅう	640	ぎゅうにゅう		パン
	セルフえびカツサンド	24.1	えびカツ		
	ボイルキャベツ	23		キャベツ コーン	
	ハンガリアシチュー		ミートボール	たまねぎ トマト にんじん グリンピース	じゃがいも
18 (水)	むぎいりごはん きゅうにゅう	649	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	シューマイ	24.9	シューマイ		
	ごますあえ	20.5		もやし ほうれんそう にんじん	しらたき さとう ごま
	いりどうふ		とうふ ぶたにく	しいたけ えだまめ たまねぎ	

令和4年度



きゅう しょく こん だて よ てい ひょう

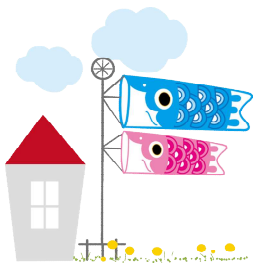
給食献立予定表

宇都宮市立田原小学校



こん げつ の きゅう しょく もく ひょう
今月の給食目標

じょうず じゅんぴ
上手に準備しよう！



日付	こんだてめい	加リー(kcal) タンパク(g) 脂質(g)	おもなざいりょう		
			ち 血やにくになる	からだ ちょうし 体の調子をととのえる	ちから ねつ 力や熱のもとになる
19 (木)	むぎいりごはん	555	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	しろみさかなのピリカラ焼き	22.2	メルルーサ	しょうが にんにく ねぎ	さとう ごま
	ゆでやさい	12.5		キャベツ にんじん ブロッコリー しめじ	
	さつきじる			ごぼう たけのこ にんじん	
20 (金)	むぎいりごはん	606	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ハンバーグ わふうきのソース	21.9	ハンバーグ	だいこん えのきだけ ししいだけ しめじ にんじん いんげん	かたくりこ さとう
	みそしる		とうふ みそ	だいこん にんじん ごぼう ねぎ	こんにゃく さといも
23 (月)	むぎいりごはん	616	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	あじフライ		あじ		
	ごまあえ	22.6		こまつな もやし にんじん	ごま さとう
	みそしる	18.2	とうふ あぶらあげ みそ	ねぎ	
24 (火)	ナン	514	ぎゅうにゅう		ナン
	チリコンカン	23.4	だいず ぶたにく ぎゅうにく ハム	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース トマト	
	ゆでやさい	17.1		ブロッコリー にんじん	じゃがいも
25 (水)	むぎいりごはん	644	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	メンチカツ	20.1	メンチカツ		あぶら
	もやしとにらのごまあえ	21.7		もやし にら にんじん	ごま さとう
	みそしる		あつあげ みそ	だいこん ごぼう にんじん こまつな	こんにゃく
26 (木)	むぎいりごはん	639	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ポークカレー	19.5	ぶたにく	たまねぎ にんじん グリンピース	あぶら
	こんにゃくサラダ	25.5		キャベツ コーン	じゃがいも
	チーズ		チーズ		
27 (金)	むぎいりごはん	695	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ぶたにくとみややさしいため	29.1	ぶた	きゃべつ にんじん しめじ たまねぎ ビーマン しょうが	
	はるやさいみそしる		みそ	たまねぎ にら	じゃがいも
	ミルクプリン (いちごソース)	21.5			ミルクプリン (いちごソース)
31 (火)	コッペパン	633	ぎゅうにゅう		パン
	だいずのクリームシチュー	21.7	とりにく だいず とうにゅう	にんじん たまねぎ パセリ	マーガリン じゃがいも
	ゆでやさい	16.3		キャベツ もやし コーン ほうれんそう	

給食実施回数 18回【米飯回数 14回 / パン回数 3回 / 米粉パン回数 1回 / めん回数0回】
※給食内容は、都合により変更になることがあります。
※お米は、宇都宮市産のコシヒカリを使用しています。※牛乳（栃木県産）は毎日です。※パンの小麦粉は、宇都宮産100%です

★5月8日(日曜日)は田原小学校の創立記念日です！

田原小学校は、1873年(明治6年)5月8日に正心舎として上田原西方寺で始まりました。今年で149歳になります。

昔はお寺で勉強したのですね。旧栃木県と旧宇都宮県が合併して今の栃木県になったのが、1873年(明治6年)6月15日です。

田原小学校は今の栃木県より約1か月早く生まれたことになります。

今年は日曜日なのでみなでお祝いすることはできませんが、みなさんも学校に「おめでとう」と「ありがとう」を伝えてくださいね。