

4月

給食献立予定表

今月の給食目標

楽しい給食にしよう

宇都宮市立豊郷北小学校

日付	こんだてめい	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
8月	くろまいい 黒米入りごはん	656	ぎゅうにゅう		こめ くろまい
	とりにく 鶏肉のみそ漬け焼き	25.4	とりにく みそ		みりん さとう
	しおこんぶあ 塩昆布和え	17.2	こんぶ さつまあげ	キャベツ もやし にんじん ごぼう にんじん だいこん	さとう あぶら こんにゃく
	いちごクレープ			いちご	さとう こめこ
9火	あ 揚げパン（きなこ）牛乳	644	ぎゅうにゅう きなこ		コッペパン あぶら さとう
	ポークポトフ	24.3	ぶたにく ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ セロリ いんげん	じゃがいも
	ゆで野菜	23.4		こまつな キャベツ にんじん コーン	
10水	むぎい 麦入りご飯	636	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	あじの香辛焼き ポン酢和え	26.3	あじ	にんにく きりぼしだいこん にんじん	ごまあぶら さとう ごま
	ぎゅうにく 牛肉とごぼうの煮物	18.7	ぎゅうにく	ごぼう にんじん いんげん	こんにゃく あぶら さとう
11木	むぎい 麦入りご飯	633	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ぎょうざ 餃子 ナムル	23.4	ぶたにく	ねぎ にら ほうれんそう キャベツ にんじん	こむぎこ ごまあぶら ごま
	マーボー豆腐	18.7	とうふ ぶたにく みそ	たけのこ たまねぎ にんじん しいたけ にら ねぎ	あぶら ごまあぶら
12金	むぎい 麦入りご飯	671	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	チキンみそカツ おひたし	25.1	とりにく みそ	こまつな キャベツ にんじん もやし	あぶら こむぎこ ごま
	ごもく にまめ 五目煮豆	21.6	だいず さつまあげ こんぶ ぶたにく	にんじん ごぼう	こんにゃく さとう
15月	むぎい 麦入りご飯	647	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ハンバーグ（ケチャップソース）	23.4	ぶたにく とりにく	たまねぎ	さとう
	ゆで野菜 みそ汁	18.0	みそ あぶらあげ	キャベツ こまつな にんじん かぶ ねぎ	
	お祝いゼリー			いちご	さとう
16火	こめこ 米粉パン	628	ぎゅうにゅう		こめこパン
	チキンピカタ 春雨サラダ	27.1	とりにく たまご チーズ	ほうれんそう キャベツ もやし にんじん	ごまあぶら ごま はるさめ
	ミネストローネ	25.2	ベーコン だいず	しめじ たまねぎ にんじん セロリ	おこめのマカロニ
17水	むぎい 麦入りご飯	663	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	いわしのごま煮 ナムル	25.0	いわし	こまつな キャベツ もやし にんじん	ごま さとう す
	ぶたにく やさい 豚肉と野菜のうま煮	18.8	ぶたにく	にんじん たまねぎ ごぼう しいたけ いんげん	じゃがいも
18木	むぎい 麦入りご飯	705	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ちくわの二色揚げ からし和え	27.1	ちくわ あおのり	もやし キャベツ こまつな にんじん	あぶら こむぎこ ごま
	炒り豆腐	22.2	とうふ ぶたにく	きくらげ にんじん たまねぎ グリンピース	あぶら さとう

給食実施回数 16回【米飯 11回 / パン 3回 / 米粉パン 1回 / 麺1回】

※給食内容は、都合により変更になることがあります。

※牛乳（栃木県産）は毎日です。

※お米は、宇都宮市産のコシヒカリを使用しています。

※パンの小麦粉は、宇都宮産ゆめかおり100%です。

※3月の放射能検査 にんじん 放射性セシウム、放射性ヨウ素ともに基準値未満



4月

給食献立予定表

宇都宮市立豊郷北小学校

きゅうしよくこんだてよていひょう
今月の給食目標
たのしい給食にしよう

日付	こんだてめい	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 体の調子をととのえる	ちから 力や熱のもとになる
19 金	むぎい はん きゅうにゅう 麦入りご飯 牛乳	675	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ハヤシライス ゆでやさい	22.5	ぶたにく	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト ほうれんそう キャベツ	バター あぶら こめこ
	チーズ	23.2	チーズ		
22 月	むぎい はん きゅうにゅう 麦入りご飯 牛乳	652	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	さばのトマトみそソース	26	さば みそ	トマト	でんぷん あぶら さとう
	いそべ 磯辺あえ	21.8	のり	ほうれんそう キャベツ もやし	
	さい ちんげん菜とたまごのスープ		たまご	ちんげんさい たまねぎ	でんぷん
23 火	コッパパン (いちごジャム) 牛乳	686	ぎゅうにゅう	いちご	コッパパン さとう
	だいず どうにゅう 大豆と豆乳のクリームシチュー	27.5	だいず どうにゅう とりにく スキムミルク	にんじん たまねぎ	マーガリン じゃがいも コーンスターチ
	ゆでやさい	21.8		アスパラガス キャベツ もやし コーン	
24 水	こうや どうふ どん きゅうにゅう セルフ高野豆腐丼 牛乳	644	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	こうや どうふ どん めい はん (高野豆腐丼の具・麦入りご飯)	25.2	こうやどうふ ぶたにく	にんじん ごぼう グリンピース	さとう みりん あぶら
	ゆでやさい シューマイ	18.7	ぶたにく	ほうれんそう キャベツ にんじん	こむぎこ
25 木	スパゲティミートソース ぎゅうにゅう 牛乳	704	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく こなチーズ	にんじん たまねぎ トマト にんにく しょうが	スパゲティ バター コーンスターチ
	ゆでやさい	27.4	わかめ	キャベツ にんじん コーン	
	アセロラゼリー	21.0		アセロラ	さとう
26 金	むぎい はん きゅうにゅう 麦入りご飯 牛乳	623	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ぶたにく や 豚肉のしょうが焼き	25.9	ぶたにく	しょうが	みりん
	あ よしの じる ゆかり和え 吉野汁	20.5	とりにく あつあげ	キャベツ にんじん あかじそ にんじん だいこん こまつな	さといも でんぷん
30 火	ぎゅうにゅう シュガートースト 牛乳	641	ぎゅうにゅう		しよくパン マーガリン グラニューとう
	やさい に ミートボールと野菜のトマト煮	22.1	ぶたにく ベーコン	トマト にんじん たまねぎ グリンピース	じゃがいも
	ゆでやさい	21.1		キャベツ にんじん ブロッコリー	



いよいよ新年度がスタートします。新年度は、初日の
4月8日(月)より、給食が開始します。1年生の給食は、
4月15日(月)になります。本年度も、安心安全を第一に、
豊富な豊郷地区の食材を沢山取り入れた給食を
提供してまいります。



～豊郷の農家さん達に感謝～
お米 駒場さん ねぎ 猪瀬さん
里芋 郷間さん いちご

～豊郷地区の農作物について～

こめ・ねぎ・きゅうり・キャベツ・じゃがいも・
にんじん・たまねぎ・さといも・さつまいも・
ささげ・梨・いちごなどを作っています。
本年度は、給食で使う豊郷地域の野菜について、献
立表では太字で表記いたします。

