

# 4月



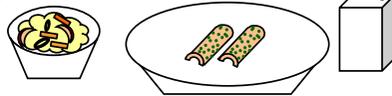
岐阜大学教育学部附属小中学校  
前期課程



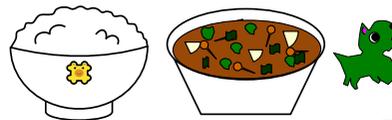
## にゅうがくしき

8日

うのはないり



ちくわのいそべあげ



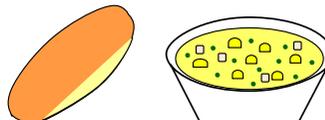
なめこのみそしる 9日

エネルギー601kcal 塩分2.0g

リヨネーズポテト



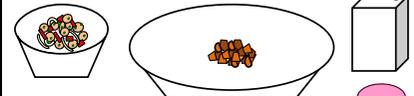
とりにくのハニーレモンソース



こめこっパン コーンスープ 10日

エネルギー606kcal 塩分2.4g

まめのマリネ



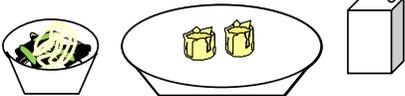
ふくじんづけ



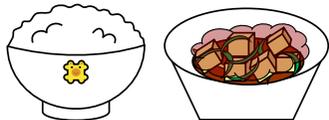
カレーライス 11日

エネルギー621kcal 塩分2.5g

パンサンスー



シューマイ



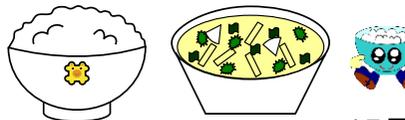
マーボー豆腐 14日

エネルギー601kcal 塩分2.0g

じゃがいものそぼろに



シシモのてんぷら(1ねんせいはいびき)



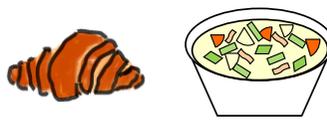
わかたけじる 15日

エネルギー586kcal 塩分1.6g

フルーツポンチ



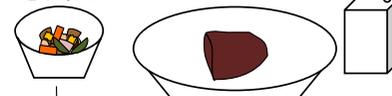
スパゲティナポリタン



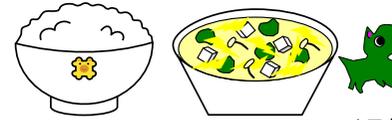
クロワッサン はるやさいスープ 16日

エネルギー585kcal 塩分2.g

かきまわし



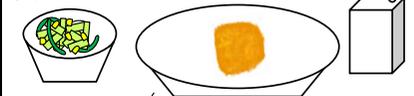
サバのみそに



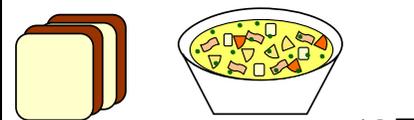
かきたまじる 17日

エネルギー642kcal 塩分1.8g

キャベツのカレーソテー



しろみぎかなフライ



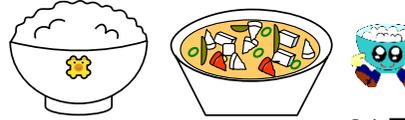
ポテトスープ 18日

エネルギー559kcal 塩分2.4g

こまつなのたいたん



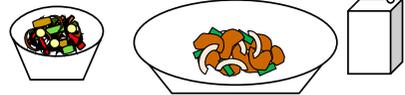
キビナゴのからあげ



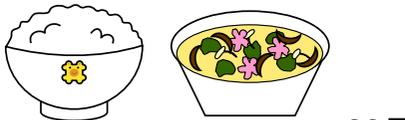
かすじる 21日

エネルギー586kcal 塩分1.7g

ひじきとだいずのもの



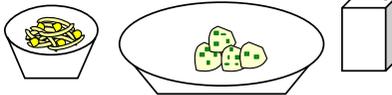
ぶたにくのしょうがやき



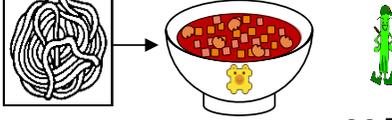
はなふのすまじる 22日

エネルギー589kcal 塩分1.6g

コーンもやし



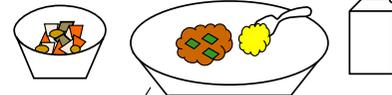
グリーンポテト



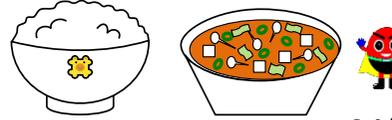
ソフトめん ミートソース 23日

エネルギー610kcal 塩分2.2g

かくふのにつけ



さんしょごはん



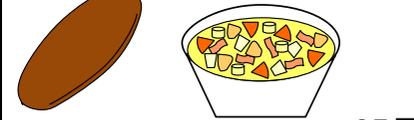
キャベツのみそしる 24日

エネルギー619kcal 塩分2.2g

フルーツもりあわせ



アスパラのソテー



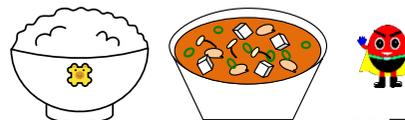
くろパン かいばしらのクリームスープ 25日

エネルギー627kcal 塩分2.0g

ほうれんそうのおかかあえ



とりにくのからあげ



アサリのみそしる 28日

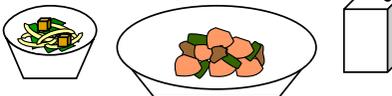
エネルギー615kcal 塩分1.9g



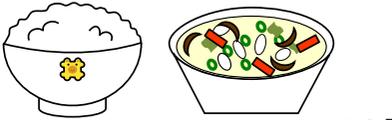
## しょうわのひ

29日

チンゲンサイのいためもの



かんこくふうにくじゃが



トックスープ 30日

エネルギー593kcal 塩分1.7g



こんげつは『おおさから』



鉄分(てつぶん)が  
おいしいんだての日



食物(しょくもつ)せんいが  
おいしいんだての日



(にほんがたしよくじ)  
「日本型食事」の日





南地区	30日(水)	小学校
	No. 5	
	<米飯>	176
	<牛乳>	206
	<韓国風肉じゃが>	
使	ごま油	1
	にんにく	0.2
	県産豚肉(平切)	20
	コチュジャン	0.24
	じゃがいも	60
用	砂糖	1.2
	しょうゆ	2.4
	調味酒	0.8
	にら	5
食	すりごま	1
	<チンゲンサイの炒め物>	
	サラダ油	0.5
	チンゲンサイ	20
	太もやし	15
材	厚揚げ(冷)	25
	塩	0.2
	こしょう	0.01
	しょうゆ	0.3
	鶏ガラスープの素	0.2
	<トックスープ>	
	干しいたけ(スライス)	0.5
	にんじん	5
	トック	20
	カットわかめ	0.5
	鶏ガラスープの素	0.8
	うすくちしょうゆ	1
	塩	0.1
	こしょう	0.01
	ねぎ	7
	<大豆入り小魚>	
	大豆入り小魚	