


4月のこんだて表

★牛乳は、毎日つきます！（小学校用）＊砂川市学校給食センター

日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料
		・日にちの前に★のマークがついている日は、スプーンがつきます。 ・お箸は毎日持参をしてください。毎日洗って清潔なものを使いましょう。 ・都合により献立の一部を変更することがあります。ご了承ください。 ・献立表の中で作ってみたいメニューがあればお気軽に給食センターまで連絡してください。TEL 52-2229		含まれているアレルギー物質は、次のマークで示しています。 卵・・・● えび、かに、ホタテ、かき貝・・・△ 牛乳、乳製品・・・■ ナッツ・・・▲ チョコレート・・・○ パイン・・・※ 小麦粉・・・# ごま・・・□			今月の平均栄養量（ ）内の数字は基準栄養所要量 エネルギー641kcal（650） たんぱく質25.9g（21.1～32.5） 脂質23.3g（14.5～21.5） 塩分2.8g（2.0） カルシウム353.4mg（350） 鉄分2.0mg（3.0）食物繊維3.0g（6.5） 28日「カレーライス」の卵（●マーク）は調味料の原料として卵が使用されています。			<h2>こんげつのもとしょくざい</h2>  <p>うえはらポーク たまねぎ こめ なたつぼしまい ほししいたけ (すながわ・ないえ・うらうすさん) (ないえさん)</p>					

にゅうがく しんきゅう いわ
ご入学、ご進級をお祝いして「お祝いデザート」が給食に出ます！
デザートには、いちご、いちご果汁、水あめ、大豆がふくまれています。
ていきょうひ かくこう こと
提供日は、各校で異なりますのでご確認ください。

12日（月）…砂川小学校、砂川中央小学校、空知太小学校、北光小学校
13日（火）…上砂川中央小学校、浦臼小学校
15日（木）…奈井江小学校
16日（金）…豊沼小学校

7	水	ごはん	こめ	7	木	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	7	金	ごはん	こめ	8	土	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	8	日	ごはん	こめ	9	月	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	9	火	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	9	水	ごはん	こめ	10	木	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	10	金	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	10	土	ごはん	こめ	11	日	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	11	月	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	11	火	ごはん	こめ	12	水	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	12	木	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	12	金	ごはん	こめ	13	土	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	13	日	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	13	月	ごはん	こめ	14	火	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	14	水	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	14	木	ごはん	こめ	15	金	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	15	土	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	15	日	ごはん	こめ	16	月	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	16	火	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	16	水	ごはん	こめ	17	木	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	17	金	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	17	土	ごはん	こめ	18	日	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	18	月	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	18	火	ごはん	こめ	19	水	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	19	木	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	19	金	ごはん	こめ	20	土	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	20	日	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	20	月	ごはん	こめ	21	火	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	21	水	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	21	木	ごはん	こめ	22	金	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	22	土	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	22	日	ごはん	こめ	23	月	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	23	火	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	23	水	ごはん	こめ	24	木	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	24	金	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	24	土	ごはん	こめ	25	日	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	25	月	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	25	火	ごはん	こめ	26	水	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	26	木	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	26	金	ごはん	こめ	27	土	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	27	日	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	27	月	ごはん	こめ	28	火	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	28	水	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	28	木	ごはん	こめ	29	金	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	29	土	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	29	日	ごはん	こめ	30	月	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	30	火	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	30	水	ごはん	こめ	31	木	キャベツのみぞしる	キャベツ、にんじん、あぶらあげ、だいず、にぼし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス	31	金	さばのしょうがに	さば、しょうが、こむぎ、だいず	31	土	ごはん	こめ
---	---	-----	----	---	---	-----------	--	---	---	-----	----	---	---	----------	-----------------	---	---	-----	----	---	---	-----------	--	---	---	----------	-----------------	---	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----	----	---	-----------	--	----	---	----------	-----------------	----	---	-----	----

