



2022年4月武蔵野東小学校献立表



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|--|---|---|---|
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | | | ※ 給食なし 早下校 eパル以外、給食はありません 【eパル利用者のみ】 ハンバーグ（ハンバーグソースかけ） いんげん エビフライ とうもろこしすり身焼 南瓜サラダ ピーチ缶 ごはん エネルギー 645 kcal 蛋白質 17.2g | |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| ピラフ ポテトサラダ（生野菜） パイン缶 | 焼きそば オレンジゼリー | チキンピカタ焼 キャベツピーマンソテー あじフライ ブロッコリー ポテト金平 うぐいす豆 ごはん アップルジュース | ヒレカツ キャベツ ミニソース（別添え） イカ味噌漬焼 えびしゅうまい 里芋煮・高野豆腐 種抜き梅 ごはん | グラタンコロケ 小松菜ベーコンソテー 玉子ロール焼 ウインナー 枝豆がんも・蓮根煮 ピーチ缶 わかめ枝豆ごはん グレープジュース |
| エネルギー 720kcal 蛋白質 21.2g | エネルギー 621kcal 蛋白質 14.5g | エネルギー 636kcal 蛋白質 18.1g | エネルギー 615kcal 蛋白質 22.8g | エネルギー 700kcal 蛋白質 20.3g |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 鶏竜田揚げ いんげん 厚焼玉子 金平ごぼう みかん缶 ごはん 味付けのり | カレーライス 生野菜サラダ（コーン） 和風ドレッシング（別添え） 福神漬け | トマト煮込みハンバーグ オムレツ エビフライ 法蓮草コーンソテー いちご&マーガリン ロールパン トマトコンソメスープ 牛乳 | たら塩麴焼 小松菜もやし マヨたまフライ 揚げすり身団子 南瓜そぼろあんかけ 昆布佃煮 ごはん 味噌汁（なめこ・豆腐） | 豆腐ひき肉包み天ぷら（井たれかけ） 豚ロース味噌漬焼き もやし人参ピーマンソテー 玉子焼 五目ひじき煮 パイン缶 五目炊き込みごはん オレンジジュース |
| エネルギー 739kcal 蛋白質 17.9g | エネルギー 845kcal 蛋白質 22g | 1～4年 エネルギー 663kcal 蛋白質 21.7g 5～6年 エネルギー 732kcal 蛋白質 23.4g | エネルギー 709kcal 蛋白質 25g | エネルギー 727kcal 蛋白質 22.3g |
| 25 | 26 | 27 | 28 | |
| 赤魚バター焼 小松菜ベーコンソテー えびしゅうまい 鶏のり塩揚げ マカロニサラダ りんご甘煮 ごはん ふりかけ（鮭） | スパゲティナポリタン 青りんごゼリー | えび大葉チーズカツ キャベツカレー風味ソテー ハムステーキ 大根サラダ ブロッコリー マーマレード&マーガリン フォカッチャ オニオンスープ いちごオレ | 鶏照焼 いんげん 春巻 蒸しポテト もち巾着・人参さつま煮 みかん缶 ごはん 味噌汁（わかめ・豆腐） | |
| エネルギー 663kcal 蛋白質 22.8g | エネルギー 631kcal 蛋白質 15.5g | エネルギー 573kcal 蛋白質 22.5g | エネルギー 796kcal 蛋白質 28.1g | |

ご入学・ご進級 おめでとうございます

新1年生を迎え、新学期が始まりました。みなさんが、元気に楽しく学校生活を送れるよう、安全でおいしい給食をおとどけたいと思います。今年度も、よろしくおねがいたします。



お料理 むさしの

（協同組合武蔵野給食センター）
TELフリーダイヤル(0120)634-055
FAXフリーダイヤル(0120)634-056

HP. <http://www.oryouri-musashino.jp>