






◎小学校中学年の盛り付け量となります。今回は4月8日(水)～30日(木)の献立を掲載しています!

4月8日(水) 1学期給食開始日	4月9日(木)
<p>野菜炒め</p> <p>鶏つくね</p>  <p>ご飯(白米)</p> <p>三陸わかめの味噌汁</p> <p>【小学校】エネルギー:559kcal たんぱく質:20.8g 【中学校】エネルギー:704kcal たんぱく質:24.8g</p>	<p>スパゲティナポリタン</p> <p>お魚ナゲット</p>  <p>背割りコッペパン</p> <p>ジュリエンヌスープ</p> <p>【小学校】エネルギー:595kcal たんぱく質:24.2g 【中学校】エネルギー:745kcal たんぱく質:29.9g</p>
4月10日(金)	4月13日(月) カミカミデー
<p>切り干し大根のナムル</p> <p>チキンビビンバの具</p>  <p>ご飯(白米)</p> <p>ワンタンスープ</p> <p>【小学校】エネルギー:551kcal たんぱく質:25.8g 【中学校】エネルギー:691kcal たんぱく質:30.6g</p>	<p>きんぴらごぼう</p> <p>イカのカレー焼き</p>  <p>ご飯(白米)</p> <p>めかぶの味噌汁</p> <p>【小学校】エネルギー:515kcal たんぱく質:25.6g 【中学校】エネルギー:656kcal たんぱく質:32.1g</p>
4月14日(火)	4月15日(水)
<p>ツナとブロッコリーのサラダ</p> <p>フィレオチキン</p>  <p>ブルーベリージャム</p> <p>食パン</p> <p>ABCスープ</p> <p>【小学校】エネルギー:542kcal たんぱく質:27.2g 【中学校】エネルギー:654kcal たんぱく質:32.6g</p>	<p>じゃがいものそぼろ煮</p> <p>サバの味噌煮</p>  <p>ご飯(白米)</p> <p>麩のすまし汁</p> <p>【小学校】エネルギー:581kcal たんぱく質:27.5g 【中学校】エネルギー:708kcal たんぱく質:30.8g</p>

4月16日(木)	4月17日(金)
<div data-bbox="161 271 778 685"> <p>ペンネと肉団子の トマト煮込み</p> <p>ポテトカップグラタン</p> <p>食パン</p> <p>麦入り野菜スープ</p> </div> <div data-bbox="161 701 778 790"> <p>【小学校】エネルギー:558kcal たんぱく質:21.8g 【中学校】エネルギー:664kcal たんぱく質:25.5g</p> </div>	<div data-bbox="809 271 1426 685"> <p>のり和え</p> <p>信田煮</p> <p>ご飯(白米)</p> <p>キムチ豚汁</p> </div> <div data-bbox="809 701 1426 790"> <p>【小学校】エネルギー:541kcal たんぱく質:21.0g 【中学校】エネルギー:661kcal たんぱく質:24.0g</p> </div>
4月20日(月)	4月21日(火) 入学・進級お祝い献立
<div data-bbox="161 889 778 1303"> <p>※ラーメンサラダ</p> <p>春巻き</p> <p>ご飯(白米)</p> <p>わかめスープ</p> </div> <div data-bbox="161 1323 778 1413"> <p>【小学校】エネルギー:643kcal たんぱく質:18.9g 【中学校】エネルギー:828kcal たんぱく質:22.6g</p> </div>	<div data-bbox="809 889 1426 1303"> <p>グリーンサラダ</p> <p>花形ハンバーグ ケチャップソース</p> <p>お祝いクレープ</p> <p>コッペパン</p> <p>コーンクリームスープ</p> </div> <div data-bbox="809 1323 1426 1413"> <p>【小学校】エネルギー:708kcal たんぱく質:28.1g 【中学校】エネルギー:860kcal たんぱく質:24.6g</p> </div>
4月22日(水)	4月23日(木) カミカミデー
<div data-bbox="161 1507 778 1921"> <p>チキンカレー</p> <p>プレーンオムレツ</p> <p>麦ごはん</p> <p>フルーツポンチ</p> </div> <div data-bbox="161 1942 778 2031"> <p>【小学校】エネルギー:702kcal たんぱく質:22.1g 【中学校】エネルギー:906kcal たんぱく質:26.6g</p> </div>	<div data-bbox="809 1507 1426 1921"> <p>ごぼうサラダ</p> <p>セルフ ホットドッグ</p> <p>背割りコッペパン</p> <p>ラビオリときのこのスープ</p> </div> <div data-bbox="809 1942 1426 2031"> <p>【小学校】エネルギー:613kcal たんぱく質:22.5g 【中学校】エネルギー:754kcal たんぱく質:27.2g</p> </div>

<p>4月24日(金)</p>	<p>4月27日(月)</p>
<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">味噌野菜炒め</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">いわしの生姜煮</div> </div>  <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ご飯(白米)</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">沢煮椀</div> </div> <p>【小学校】エネルギー:532kcal たんぱく質:21.6g 【中学校】エネルギー:678kcal たんぱく質:26.2g</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">きざみ昆布の煮物</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ぶりキャベツカツ</div> </div>  <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ご飯(白米)</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">なめごと野菜の味噌汁</div> </div> <p>【小学校】エネルギー:552kcal たんぱく質:16.4g 【中学校】エネルギー:711kcal たんぱく質:19.3g</p>
<p>4月28日(火) いわて減塩・適塩の日</p>	<p>4月30日(木)</p>
<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">マカロニサラダ</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">鶏肉のトマト煮</div> </div>  <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">食パン</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">肉団子のカレースープ</div> </div> <p>【小学校】エネルギー:598kcal たんぱく質:28.5g 【中学校】エネルギー:723kcal たんぱく質:33.8g</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">鮭ポテト コンソメ煮</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">照り焼きチキン</div> </div>  <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">黒糖パン</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ミネストローネ</div> </div> <p>【小学校】エネルギー:606kcal たんぱく質:31.7g 【中学校】エネルギー:744kcal たんぱく質:39.5g</p>
<h2>※ラーメンサラダ</h2>	
	<p>ラーメンサラダは 1985 年に札幌グランドホテルで誕生した北海道発祥の食べ物です。中華スタイルではない、サラダと麺をドレッシングで和える麺料理で、北海道の居酒屋や家庭の定番料理として定着しています。北海道の学校給食でも定番の人気メニューとなっています。</p>