



令和8年

4 がつよていこんだてひょう (幼稚園)

白石市学校給食センター

◆栄養基準量(基準値)

エネルギー(kcal)	490
たんぱく質(g)	19.6
脂質(g)	13.6
カルシウム(mg)	290
鉄(mg)	2.0
塩分(g)	1.5

- ★ 牛乳は毎日つきます。 ★ 材料の都合で献立を変更する場合があります。
- ★ 魚には骨がついている場合があります。
- ★  マークは「かみかみの日」です。よくかんで食べましょう。
- ★  マークは「給食図鑑」のある日です。給食図鑑を見て給食について知りましょう。
- ★ 「白石温麺の日」に合わせ、毎月7日前後に白石市内で作られた温麺を使ったメニューを提供します。

まいつきなのか
毎月7日は
しろいし うーめん
「白石温麺の日」



4月 給食だより



こんだてひょう み 献立表を見てみよう

・3つの食品グループ

バランスよく食べるには、食べ物のほたらきを
知ることから始まります。献立表には給食で使う
食べ物を3つに分けて表示しています。毎日見る
ことで自然と食べ物の働きを学習していきます。



・ と マークに注目!

かめのマークは、「かみごたえのあるメニュー」、本のマークは「給食図鑑」がある日です。掲示板に今日の給食について詳しく解説する「給食図鑑」が掲示されます。

・毎月7日は「うーめんの日」

白石市では平成26年4月から、毎月7日を「うーめんの日」としています。給食でも毎月7日頃に、うーめん料理が登場します。



20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	
<p>ごはん(持参) </p> <p>ぶた肉とレバーの オーロラあえ</p> <p>フルーツ杏仁</p> <p>チンゲン菜のスープ</p>	<p>ごはん(持参)</p> <p>さわらの西京焼き</p> <p>れんこんの塩きんぴら </p> <p>沢煮椀</p>	<p>ごはん(持参) </p> <p>チキンナゲット(2こ)</p> <p>パンネのミートソース</p> <p>ポトフ </p> <p>お祝いいちごゼリー</p>	<p>入学式 </p>		
<p>赤</p> <p>ぎゅうにゅう ぶたにく、レバー、みそ、ハム</p>	<p>赤</p> <p>ぎゅうにゅう さわら、みそ、ベーコン、ぶたにく、 こおりどうふ</p>	<p>赤</p> <p>ぎゅうにゅう とり、ぶたにく、ウインナー</p>			
<p>緑</p> <p>みかん、もも、リンナップル、レ モン、たまねぎ、にんじん、ねぎ、チ ンゲンサイ、しいたけ</p>	<p>緑</p> <p>にんにく、れんこん、ピーマン、あ かピーマン、ごぼう、だいこん、に んじん、えのきたけ、ねぎ</p>	<p>緑</p> <p>にんにく、たまねぎ、マッシュルー ム、トマト、にんじん、だいこん、 キャベツ、セロリー</p>			
<p>黄</p> <p>ごはん、でんぷん、あぶら、さとう、 ゼリー、はるさめ、ごまあぶら</p>	<p>黄</p> <p>ごはん、あぶら、ごまあぶら、ごま</p>	<p>黄</p> <p>ごはん、あぶら、こむぎこ、ペン ネ、オリーブオイル、さとう、じゃが いも、ゼリー</p>			
27日(月)	28日(火)	29日(水)			30日(木)
<p>ごはん(持参) </p> <p>さばのみそ煮</p> <p>昆布のピリ辛炒め</p> <p>けんちん汁</p>	<p>ごはん(持参)</p> <p>揚げぎょうざ(2こ)</p> <p>豆腐の中華煮</p> <p>清見オレンジ</p>	<p>しょうわひ 昭和の日 </p>			
<p>赤</p> <p>ぎゅうにゅう さば、みそ、こんぶ、ぶたにく、とう ふ、あぶらあげ</p>	<p>赤</p> <p>ぎゅうにゅう ぶたにく、えび、とうふ</p>				
<p>緑</p> <p>にんじん、だいずもやし、ねぎ、に んにく、だいこん、ごぼう</p>	<p>緑</p> <p>キャベツ、にんにく、しょうが、にん じん、たまねぎ、たけのこ、はくさ い、しいたけ、さやえんどう、きよ みオレンジ</p>				
<p>黄</p> <p>ごはん、ごまあぶら、さとう、じゃが いも</p>	<p>黄</p> <p>ごはん、こむぎこ、あぶら、さとう、 でんぷん、ごまあぶら</p>				