



4月献立だより



アレルギー表記(卵・乳製品・甲殻類・落花生・ソバ)
 牛乳 : 牛乳
 乳 : ヨーグルト、チーズ、バターなどの乳加工品
 卵 : 鶏卵、うずらの卵などの食鳥類の卵
 甲殻類は、「エビ」「ホタテ」「カニ」「イカ」を表記します。

熱量(kcal)／塩分(g)表示

	4月 7日(月)	4月8日(火)始業式・入学式	4月9日(水)入寮式	4月10日(木)眼科検診	4月11日(金)身体測定・帰省日
朝食	注意！ アレルギー原因食材は、急な献立変更や調理工程により表記が無くても提供される場合があります。		ご飯 みそ汁(牛蒡・人参) 肉団子・ポテトサラダ 牛乳・のり佃煮 卵	ロールパン・いちごジャム トマトピザパン 卵 カブのコンソメスープ 乳 牛乳・リンゴ 牛	ご飯 みそ汁(ほうれん草・厚揚げ) リオナソーセージ・キャベツとツナのカレー炒め ジョア・ふりかけ(たらこ) 卵
昼食		豚あぶり焼丼 フルーツヨーグルトサラダ (はちみつレモンゼリ入り) みそ汁(法蓮草・豆腐) 乳類	ご飯 豚じゃがの味噌煮 鶏の塩から揚げ もやしとツナのカレー炒め 卵	ご飯 みそ汁(豚・小松菜・じゃが芋) トンテキ・ポイルブロッコリー 胡麻ドレッシング 乳類	コーンピラフ すまし汁(豆腐・えのき茸) サケのフライ タルタルソース 青梗菜の中華炒め 卵
夕食	ご飯 マカロニシチュー 鮭の照り焼き 卵 牛蒡と牛肉の煮物 牛乳	さくら日和弁当 肉うどん イカ リンゴジュース 卵 エビ	ご飯 豆腐とキムチのスープ サワラの味噌マヨネーズ焼き トマトソーススパゲティソテー 卵		
		723 kcal/ 2.4 g 乳類	729Kcal/2.5g 牛乳	734 kcal/ 2.2 g 卵	
	4月14日(月)歯科検診(1.2年)	4月15日(火)部活動発表会式	4月16日(水)	4月17日(木)	4月18日(金)
朝食		ご飯 みそ汁(薄揚げ・キャベツ) ポイルウィンナー・牛蒡サラダ 卵 牛乳・味付けのり 乳類	ご飯 みそ汁(白菜・厚揚げ) サバの胡麻焼き・ブロッコリーのカニカママヨ和え 牛乳・のり佃煮 卵	あんまーガリンコッペパン 卵 丸ごとコロケパン 乳類 根菜類のコンソメスープ 牛乳 牛乳	ご飯 みそ汁(豆腐・えのき茸) 焼きししゃも・キャベツとウィンナーのソース炒め コーヒー牛乳・ふりかけ(鮭) 卵
昼食	ハヤシライス ソール(レモン) 卵	ご飯 大根と鶏のスープ アジのかば焼き風 コンソメポテト 乳類	ご飯 豚汁 ヤンニョムチキン ポイルブロッコリー(マヨネーズ) 卵	ご飯 ヒスイ汁(ほうれん草) アジのフライ 卵 豚キムチビーフン 乳類	ご飯 青梗菜と卵のスープ チキンみそカツ じゃが芋のジェノベーゼ和え 卵
夕食	ご飯 みそ汁(厚揚げ・小松菜) 鮭のポテト焼き 煮物(牛蒡巻き・筍) 卵	ご飯 みそ汁(もやし・薄揚げ) 鶏のみそ焼き・黒豆 ラタトゥイユ(野菜のトマト煮込み)	ご飯 ワンタンスープ フクラギの照り焼き 牛肉と蒟蒻の炒め物(チャプチェ風)	ご飯 マーボ豆腐・オキアミの佃煮 ブロッコリーのコーン焼き 乳類	
		700 kcal/ 3.1 g 卵	703 kcal/ 2.9 g	726 kcal/ 2.7 g	724 kcal/ 3.0 g 甲殻類
	4月21日(月)結核検診	4月22日(火)	4月23日(水)	4月24日(木)生徒会・寮生会総会	4月25日(金)野菜苗販売・帰省日
朝食		ご飯 みそ汁(なめこ・葱) 卵 イワシの梅煮・温泉卵 中華風春雨サラダ・牛乳・味付けのり 牛乳	ご飯 みそ汁(厚揚げ・ほうれん草) 白身魚の味噌煮・ベーコンポテト 牛乳・とろろ昆布 牛乳	メロンパン 卵 あらびきソーセージパン 牛乳 白菜と肉団子のスープ 牛乳 乳類	ご飯 みそ汁(キャベツ・ワカメ) アジ干物・牛蒡サラダ風炒め物 飲むヨーグルト・ふりかけ(卵) 卵
昼食	カレーライス(ポーク) 福神漬け ストロベリーカスタードタルト 卵	ご飯 かきたま汁(湯葉入) ししゃもの唐揚げ・南瓜サンドフライ キャベツのナムル 卵	ご飯 みそ汁(厚揚げ・大根) 鶏肉のカレー天ぷら もやしと豚の塩炒め 卵	ご飯 肉じゃが・枝豆塩ゆで コーンクリームコロケ 卵	オムライス エビフライ かぶのおろしスープ エビ
夕食	ご飯 そぼろ汁 鶏肉のトマト煮込み チーズポテト 乳類	ご飯 キムチチゲ 鶏肉のタルタルソース焼き カボチャの煮物 卵	ご飯 坦々スープ サワラの葱味噌焼き 牛肉と野菜の炒め物 乳類	ご飯 キャベツのホワイトシチュー サバの照り焼き 焼きビーフン 乳類	
		838Kcal/4.1g 乳類	732Kcal/2.9g 乳類	733Kcal/2.2g 卵	786Kcal/2.5g 乳類
		718Kcal/2.5g 乳類	742Kcal/2.8g 乳類	770Kcal/2.0g 牛乳	744Kcal/3.0g 牛乳