

# 4月(第4週目)の給食

4月19日(水)

## 軽食の日

- わかめごはん
- スマイルポテト
- 牛乳



● 血や肉をつくる ●  
わかめ・牛乳

● 熱や力の素になる ●  
金芽米・ごま・じゃがいも  
植物油

● 体の調子を整える ●

4月20日(木)

## 軽食の日

- ゆかりごはん
- 鶏肉のからあげ
- アシドミルク



● 血や肉をつくる ●  
しらす干し・鶏肉・アシドミルク

● 熱や力の素になる ●  
金芽米・片栗粉・植物油

● 体の調子を整える ●  
生姜

4月21日(金)

- カレーライス
- キャベツとりんごの  
フレンチサラダ
- 牛乳



● 血や肉をつくる ●  
豚ひき肉・牛乳

● 熱や力の素になる ●  
金芽米・じゃがいも・植物油  
砂糖

● 体の調子を整える ●  
玉ねぎ・人参・りんご  
キャベツ・りんご・きゅうり  
パセリ