

# 令和5年4月 学校給食予定献立表

日	よ う 日	こんだてめい		しょくひんめい			E kcal
				赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	
11	火	ごはん	牛乳 肉じゃが ゆず酢あえ	牛乳 牛肉 ぶた肉 さつま揚げ ちりめん	たまねぎ にんじん こんにゃく えだまめ キャベツ こまつな ゆず酢	米 じゃがいも 油 さとう	606
12	水	ごはん	きのこたっぷりハンバーグ 豚汁 お祝いクレープ(中のみ)	牛乳 ハンバーグ ぶた肉 豆腐 油揚げ みそ	えのきたけ しめじ 生しいたけ たまねぎ しょうが にんじん こんにゃく ごぼう ねぎ	米 ごま さとう じゃがいも お祝いクレープ(中のみ)	631
13	木	ごはん	からあげのパーベキューソース ごぼうサラダ 野菜スープ	牛乳 とり肉 ひじき ウインナー	すりおろしりんご ごぼう にんにく しょうが きゅうり コーン たまねぎ こまつな にんじん	米 でんぶん 油 さとう ごま油 じゃがいも ハーフマヨネーズ	705
14	金	ごはん	マーボー豆腐 春雨のサラダ	牛乳 豆腐 ぶた肉 みそ	ねぎ 干しいたけ たまねぎ にんじん たけのこ しょうが グリーンピース にんにく キャベツ きゅうり	米 油 さとう でんぶん 春雨 ごま油 ごま	648
17	月	ごはん	豚肉のしょうが焼き 貝だくさんみそ汁 お祝いクレープ(幼小のみ)	牛乳 ぶた肉 豆腐 わかめ みそ	にんじん たまねぎ しょうが ごぼう はくさい かぼちゃ	米 油 さとう お祝いクレープ(幼小のみ)	726
18	火	わかめ ごはん	たけのこのうま煮 切り干しだいごんの酢の物	牛乳 わかめご飯の素 ぶた肉 さつま揚げ 厚あげ	たけのこ にんじん こんにゃく えだまめ 切り干しだいごん キャベツ きゅうり	米 さとう	607
19	水	ごはん	いわしの梅煮 おひたし 沢煮椀	牛乳 いわしの梅煮 ぶた肉 油揚げ	キャベツ もやし ごぼう だいごん にんじん こまつな こんにゃく ねぎ	米 さとう	602
20	木	ごはん	とり肉のカレーマヨネーズ焼き 枝豆のサラダ 中華スープ	牛乳 とり肉 豆腐 わかめ	にんにく えだまめ コーン キャベツ たまねぎ チンゲンサイ にんじん 生しいたけ	米 ごま油 ごま ハーフマヨネーズ 青じそドレッシング	636
21	金	少なめ ごはん	わかめ肉うどん かぼちゃひき肉フライ アスパラガスのごまあえ ひじきのり	牛乳 牛肉 ぶた肉 わかめ かぼちゃのひき肉フライ ひじきのり	たまねぎ 干しいたけ にんじん ねぎ アスパラガス キャベツ	米 うどん さとう 油 ごま	658
24	月	ごはん	とり肉と厚揚げのみそ煮 れんこんといかのあえ物	牛乳 とり肉 ちくわ 厚あげ みそ いか	たけのこ こんにゃく にんじん えだまめ しょうが こまつな もやし れんこん	米 油 さとう	620
25	火	ごはん	さばのしょうが煮 きんぴらごぼう 若竹汁	牛乳 さばのしょうが煮 ぶた肉 豆腐 わかめ かまぼこ	ごぼう こんにゃく にんじん えだまめ たけのこ たまねぎ ねぎ	米 油 さとう ごま油 ごま	614
26	水	ごはん	八宝菜 焼きぎょうざ ナムル	牛乳 ぶた肉 いか えび うずら卵 ぎょうざ	たまねぎ にんじん はくさい たけのこ チンゲンサイ しょうが ほうれんそう もやし	米 油 でんぶん 韓国ナムルドレッシング	613
27	木	ごはん	カレーライス 豆乳ゼリー入りフルーツポンチ	牛乳 ぶた肉 いか 牛肉 豆乳ゼリー	にんにく たまねぎ にんじん グリンピース すりおろしりんご みかん パイナップル もも	米 油 じゃがいも カレールウ さとう	656
28	金	ごはん	チキン南蛮 ポイルキャベツ みそけんちん汁 タルタルソース	牛乳 とり肉 豆腐 油揚げ みそ	レモン キャベツ にんじん ごぼう こまつな だいごん ねぎ	米 でんぶん 油 さとう さといも タルタルソース	711

◎悪天候などにより、材料や献立が変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

( 小学校  
中学年基準 )

石井町産の野菜 4月の石井町産の野菜は、キャベツ、はくさいです。

