

# 平成28年 4月分 給食献立予定表



瀬戸内市邑久学校給食調理場

日付	献立名				主な材料						
	主食	主菜 (メインになるおかず)	副菜 (主菜を補う)	その他	赤						
					緑		黄				
8 (金)	麦ごはん	豚肉のしょうが焼き 【豚肉/濃口醤油:小麦・大豆】	菜の花あえ 【濃口醤油:小麦・大豆】 春キャベツのみそしる 【みそ:大豆】 ごまあえ		牛乳 あぶらあげ わかめ	ふた肉 みそ	しょうが にんじん たまねぎ ねぎ	菜の花 ごまつな キャベツ	こめ じゃがいも	わぎ	
11 (月)	麦ごはん	さわらの木の芽焼き 【みそ:大豆】	【ごま/濃口醤油:小麦・大豆】 沢煮梅	もってえねんジャーの日	牛乳 ふた肉	さわら みそ	ほうれんそう ごまつな にんじん たけのこ だいこん	れんこん はくさい ごぼう ほししいたけ みつば	こめ 三温糖	わぎ ごま	
12 (火)	ソフトめんミートソースかけ 【米粉ソフトめん:小麦】 【豚肉/小麦/中濃ソース:りんご/ウスターソース: 牛肉・大豆・小麦/ハヤシルウ:小麦・大豆/濃口 醤油:小麦・大豆/デミグラスソース:小麦・鶏肉】		アスパラガスのサラダ		魚介類 522 775	牛乳 青大豆	ふた肉	にんにく たまねぎ トマト アスパラガス	にんじん はくさい とうもろこし キャベツ	ソフトめん あぶら こむぎ フレッシュミュー	
13 (水)	牛肉どんぶり 【牛肉/ふ:小麦/濃口醤油:小麦・大豆/ ウスターソース:牛肉・大豆・小麦】		焼きししやも きゅうりの浅漬け 【薄口醤油:小麦・大豆/ごま】		魚介類 678 809	牛乳 かまぼこ 子持ししやも	牛肉 とうふ	たまねぎ ねぎ きゅうり レモン	ごぼう はくさい きゅうり	こめ こんにやく 三温糖	わぎ やきふ ごま
14 (木)	米粉バター ロールパン 【小麦・乳・大豆】	とりのスイート ピネガーソース 【鶏肉/濃口醤油:小麦・大豆】	春野菜のスープ 【地養鳥/ブイオン:鶏肉/ 薄口醤油:小麦・大豆】		緑黄色野菜 486 636 772	牛乳 ベーコン ほたて	とり肉 とうふ	たまねぎ セロリー マッシュルーム スナック Beans	赤ピーマン にんじん スナップ Beans	米粉バター ロールパン でん粉 三温糖	あぶら
15 (金)	麦ごはん	八宝菜 【豚肉/鶏卵湯:豚肉/鶏肉/ えび/わか/濃口醤油:小麦・大豆】	焼きぎょうざの甘酢かけ 【小麦/大豆/豚肉/ごま/ 濃口醤油:小麦・大豆】	●味付けのり 【小麦・えび・大豆】	いも類 474 624 795	牛乳 えび ほたて 焼きぎょうざ のり	ふた肉 いか 厚あげ のり	しょうが にんじん もやし はくさい	たまねぎ たけのこ しめじ 青ピーマン	こめ ごまあぶら 三温糖	わぎ でん粉
18 (月)	わかめごはん	いりどり	甘酢あえ		いも類 451 613 727	牛乳 ちくわ わかめ	とり肉 ちりめん	しょうが ごぼう きぬぎや きゅうり	にんじん れんこん キャベツ	こめ じゃがいも 三温糖	わぎ こんにやく
19 (火)	塩ラーメン 【米粉中華めん:小麦】 【豚肉/地養鳥/ブイオン:鶏肉/鶏卵湯:豚肉/鶏肉/ /濃口醤油:小麦・大豆】		わかさぎのからあげ 【わかさぎ/唐揚げ:小麦・大豆/ 濃口醤油:小麦・大豆】 れんこんの中華炒め 【濃口醤油:小麦・大豆】		種菜類 483 606 716	牛乳 えび ほたて わかさぎ	ふた肉 わかめ 平天	にんにく しょうが もやし ねぎ えだまめ	しょうが たけのこ キャベツ れんこん	中華めん 三温糖 こんにやく	あぶら ごまあぶら
20 (水)	たけのこ ごはん 【小麦・大豆】	お花見献立 さばの塩焼き 【濃口醤油:小麦・大豆】	からしあえ 【薄口醤油:小麦・大豆】 桜の花びら汁 【薄口醤油:小麦・大豆】	★おかやま レモン 米粉マドレーヌ 【大豆】	きのこ類 493 654 765	牛乳 さば かまぼこ	あぶらあげ とうふ とうにゅう	たけのこ もやし だいこん みつば	ごまつな にんじん しめじ レモン	こめ 米粉マドレーヌ	わぎ
21 (木)	セルフウイナーサンド 【米粉・シ:小麦・乳・大豆】 【ウイナー:鶏肉】 【●マイティソース:りんご】		ウイナーサンド(キャベツのソテー) オニオンスープ 【地養鳥/ブイオン:鶏肉/ 薄口醤油:小麦・大豆】		いも類 430 598 705	牛乳 ベーコン	ウイナー とうふ	キャベツ にんじん チンゲン菜	セロリー たまねぎ	米粉パン じゃがいも マイティソース	あぶら
22 (金)	大豆入りドライカレー 【牛肉/濃口醤油:小麦・大豆/ ウスターソース:牛肉・大豆・小麦】		フレンチサラダ		魚介類 491 656 771	牛乳 大豆	牛肉	にんにく にんじん とうもろこし きゅうり	たまねぎ マッシュルーム キャベツ	こめ じゃがいも 三温糖	わぎ あぶら
25 (月)	麦ごはん	いかなごの南蛮漬 【濃口醤油:小麦・大豆】	桜麩と春野菜の旨煮 【鶏肉/濃口・薄口醤油: 小麦・大豆/ふ:小麦】	ふるさとの味給食の日 ●ふりかけ	いも類 491 682 785	牛乳 とり肉 こんぶ	いかなご 平天	ねぎ ごぼう にんじん たけのこ ぜんまい	たまねぎ ごぼう わらび きぬぎや	こめ あぶら じゃがいも ふりかけ	わぎ 三温糖 ふ
26 (火)	きつねうどん 【うどん:小麦】 【鶏肉/濃口・薄口醤油:小麦・大豆/】		チンゲンサイのおひたし 【薄口醤油:小麦・大豆】	★桜もち	根菜類 583 647 734	牛乳 とり肉	あげ かつおぶし	にんじん チンゲン菜 もやし	たまねぎ チンゲン菜	うどん 桜餅	三温糖
27 (水)	麦ごはん	肉じゃが 【牛肉/濃口醤油:小麦・大豆】	花切大根のはりはり漬 【ごま/薄口醤油:小麦・大豆】		いも類 467 633 751	牛乳 平天	牛肉	ほししいたけ たまねぎ だいこん	にんじん いんげん ごまつな	こめ 三温糖 じゃがいも	わぎ こんにやく ごま
28 (木)	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	若鶏のオニオン焼き 【鶏肉/濃口醤油:小麦・大豆】	グリーンサラダ 【ノンオイルサウザンドレ:小麦・りんご】 あさりのチャウダー 【地養鳥/ブイオン:鶏肉/小麦/ 豆乳:大豆/薄口醤油:小麦・大豆】		きのこ類 531 687 829	牛乳 ベーコン とうにゅう	とり肉 あさり	たまねぎ キャベツ とうもろこし ブロッコリー マッシュルーム パセリ	にんにく しょうが にんじん	米粉パン 小麦粉 ノンオイルサウザンドレ	じゃがいも あぶら

※○印は瀬戸内市基本献立です。 ※●は小袋がつかます。★は直接学校に配達されます。  
 ※献立は都合により変更することがあります。牛乳は毎日つかます。  
 ※主に、加工食品、調味料を使用するものについて:献立名の欄に、アレルギー源になりやすい  
 27品目に該当する物を【 】に載せています。  
 ※米粉パン・米粉バターロールパン【小麦・乳・大豆】、米粉ソフトめん・米粉中華めん・うどん【小麦】が含まれています。  
 ※瀬戸内市のホームページに、献立と2月に使用している食材の産地を掲載しています。  
 ※4月11日は「もってえねんジャーの日」です。この日は、特に残さず食べましょう。

今日の給食メニューは、何かな?  
 給食の献立や食べた時の様子などを話しあったり  
 して、給食に関心をもてるようにお願いします。  
 毎日の献立表に目を通し、朝食や夕食と重なら  
 ないようにしましょう。

