



平成29年4月分 給食献立予定表

瀬戸内市牛窓学校給食調理場

日付	こんだてめい	おもなざいりょう			かてい 家庭でとつて ほ 欲しい食品	エネルギー(給) エネルギー(給) エネルギー(中)	
		あか 赤 おもに体をつくる	からだ からだ おもに体の調子をととのえる	き 黄 おもにエネルギーのもとになる			
10 (月)	麦ご飯 牛乳 豚肉のしょうが炒め 春キャベツのみそ汁 ゆかり	ぶたにく あげ 牛乳	みそ わかめ	しょうが にんじん たまねぎ もやし ふりかけ	にんにく さとう じゃがいも やきふ むぎ あぶら	くだもの 544 647 749	
11 (火)	麦ご飯 牛乳 いかなの南蛮漬 山菜の親子煮	牛乳 とりにく たまご	いかなご かまぼこ	ねぎ たまねぎ たけのこ みずな	にんじん しいたけ わらび えのき	こめ さとう あぶら うど なめこ	むぎ さとう じゃがいも まめ類 豆類 548 669 775
12 (水)	わかめラーメン 牛乳 切干大根のサラダ 一口ゼリー	ぶたにく 牛乳	わかめ ローズハム	しょうが にんじん もやし キャベツ きりぼしだいこん	たまねぎ さとう ねぎ ちゅうかめん あぶら ごま マヨネーズ ももゼリー	い 羊 類 503 625 733	
13 (木)	カレーライス 牛乳 マーメレードサラダ	ぎゅうにく 牛乳		にんにく たまねぎ ケチャップ キャベツ	にんじん りんご グリーンピース パインアップル	こめ あぶら さとう じゃがいも マーメレード さとう	まめ類 豆類 540 658 762
14 (金)	ツナサンド 牛乳 ミートボールと大福豆のトマト煮	ツナ 牛乳 ウインナー とりにく	牛乳 ぶたにく	きゅうり にんじん しめじ	にんにく たまねぎ トマト さやいんげん	こめ さとう あぶら じゃがいも さとう パンこ マヨネーズ	たん し く 菜 色 野 菜 533 693 839
17 (月)	たけのこご飯 牛乳 かつおのゴマだれ 桜のすまし汁	とりにく 牛乳 かまぼこ わかめ	あげ かつお	にんじん えだまめ しめじ	たけのこ たまねぎ ねぎ	こめ あぶら さとう もちごめ でんぶん ごま	い も 類 502 611 706
18 (火)	麦ご飯 牛乳 さわらの木の芽みそ焼き 春野菜の煮物	牛乳 みそ うずらたまご	さわら つくね	ほうれんそう たまねぎ たけのこ さやいんげん	にんじん ごぼう きのめ こんぶ	こめ さとう むぎ じゃがいも なまふ	くだもの 567 691 802
19 (水)	きつねうどん 牛乳 ごま酢あえ さくら餅	とりにく 牛乳	あげ わかめ	にんじん ねぎ もやし キャベツ	たまねぎ しいたけ	うどん さとう あぶら ごま さくらもち	た け の こ 類 562 684 792
20 (木)	豚キムチ丼 牛乳 もやしのナムル 小魚アーモンド	ぶたにく 牛乳	みそ いわし	にんにく にんじん キムチ キャベツ	しょうが たまねぎ もやし にら	こめ あぶら さとう じゃがいも アーモンド ごま	くだもの 542 635 728
21 (金)	こめこ 米粉パン 牛乳 タンドリーチキン ポトフ	牛乳 ヨーグルト とりにく ウインナー		レモン にんじん キャベツ	にんにく たまねぎ ケチャップ	こめ さとう あぶら じゃがいも	きのこ類 542 630 765
24 (月)	きんぴら丼 牛乳 のりのみそ汁 さくらゼリー	ぶたにく 牛乳 あげ みそ	さつまあげ とうふ のり	にんじん しいたけ たまねぎ ねぎ	ごぼう さやいんげん こんにやく	こめ あぶら さとう さくらゼリー	た け の こ 類 525 640 737
25 (火)	すき焼き風炊き込みご飯 牛乳 わかさぎのフリッター ニラたま汁	ぎゅうにく たまご わかさぎ	牛乳 かまぼこ オキアミ	にんじん ねぎ たまねぎ	しいたけ にら しらたき	あぶら むぎ さとう こめ こむぎ でんぶん	くだもの 484 639 712
26 (水)	ソフトめんミートソースかけ 牛乳 コールスローサラダ	ぎゅうにく チーズ 牛乳 ローズハム	ちくわ	にんにく たまねぎ トマト キャベツ	にんじん マッシュルーム グリーンピース どうもろこし	ソフトめん さとう あぶら マヨネーズ ドレッシング	まめ類 豆類 556 697 860
27 (木)	麦ご飯 牛乳 からし酢みそあえ 炒り豆腐	牛乳 とりにく たまご	みそ とうふ	キャベツ たけのこ たまねぎ グリーンピース	なのはな にんじん しいたけ	こめ さとう むぎ じゃがいも	くだもの 487 611 706
28 (金)	こめこ 米粉パン 牛乳 クリームシチュー アスパラサラダ	牛乳 チーズ とりにく		にんじん しめじ アスパラガス とうもろこし	たまねぎ さやいんげん キャベツ	こめ さとう あぶら じゃがいも さとう ホワイトルウ ごま マヨネーズ	くだもの 525 675 818



18日は『もってえねんジャーの日』です。
好き嫌いせずに、苦手なものにも挑戦しましょう！

- * 瀬戸内市のホームページに、献立と1月に使用している食材の産地を掲載しています。
- * 献立は材料の関係で予告なく変更することがあります。
- * ○のある日は瀬戸内市基本献立の日です。

