

平成30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	エネルギー(給)					
					赤	緑	黄			
10 (火)	ソフトめんミートソースかけ 【米粉ソフトめん:小麦】 【牛肉・豚肉・りんご・大豆・小麦・鶏肉】	フレンチサラダ			537 674 796	牛乳 ぶた肉	牛肉 にんにく たまねぎ トマト キャベツ セロリー	にんじん マッシュルーム グリーンピース きゅうり	ソフトめん あぶら こむぎこ じゃがいも 三温糖	
11 (水)	もち麦ごはん 【豚肉・小麦・大豆】	豚肉のしょうが炒め 【豚肉・小麦・大豆】	春キャベツのみそしる 【大豆】	●ふりかけ 【小麦・乳・鶏肉・ごま】	520 636 —	牛乳 あぶらあげ わかめ	ぶた肉 みそ	しょうが たまねぎ にんじん キャベツ	こめ じゃがいも 三温糖	
12 (木)	こめこ米粉パン 【小麦・乳・大豆】	まけ 鮭のマヨネーズ焼き 【鮭】	白いんげん豆と野菜のスー プ 【鶏肉・豚肉・小麦・大豆】		484 773	牛乳 ベーコン 大豆	鮭 白いんげん豆 たまねぎ とうもろこし セロリー キャベツ	マッシュルーム パセリ にんじん チンゲン菜	米粉パン パンエッグマヨネーズ	
13 (金)	ぎゅうにく 牛肉どんぶり 【牛肉・小麦・大豆】	煮干しのごまがらめ 【ごま・小麦・大豆】 わかめの酢の物【小麦・大豆】			664 787	牛乳 かまぼこ 煮干し	牛肉 とうふ わかめ	たまねぎ にんじん キャベツ	ごぼう ねぎ きゅうり	こめ こんにやく 三温糖
16 (月)	カレーライス 【牛肉・豚肉・鶏肉・小麦・大豆】	マーマレードサラダ			571 716 850	牛乳	牛肉 にんにく キャベツ パン	たまねぎ アスパラガス にんじん	こめ じゃがいも 三温糖 小麦粉 マーマレードジャム	
17 (火)	きつねうどん 【うどん:小麦】 【鶏肉・小麦・大豆】	菜の花のごまあえ 【ごま・小麦・大豆】		★桜もち	571 714 807	牛乳 とり肉	あぶらあげ	にんじん もやし なのはな キャベツ	うどん 三温糖 桜餅 ごま	
18 (水)	くろまい 黒米ごはん	入学・進級お祝い献立 とり肉のレモン風味 【鶏肉・小麦・大豆】	ゆかりあえ 桜の花びら汁【小麦・大豆】	★豆乳いちご ゼリー【大豆】	553 725 850	牛乳 とうふ わかめ	とり肉 かまぼこ	レモン果汁 たまねぎ みつば ごまつな	にんじん しめじ だいこん しそ	うどん 中ざら でんぶん 黒米 あぶら 豆乳ゼリー
19 (木)	こめこ米粉パン 【小麦・乳・大豆】	あさりのチャウダー 【鶏肉・乳・小麦・大豆】	ビーンズサラダ 【大豆・小麦】		478 663 800	牛乳 あさり 金時豆	とり肉 大豆 手亡	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ えだまめ とうもろこし きゅうり	米粉パン 小麦粉 あぶら バター 三温糖	
20 (金)	もち麦ごはん	さわらの木の芽 みそかけ【大豆】	さわわん 沢煮槐 【豚肉・小麦・大豆】	もってえねんジャーの日	453 614 726	牛乳 ぶた肉	さわら みそ	ほれんそう ごぼう たまねぎ ほししいたけ だいこん ねぎ	こめ 三温糖 こんにやく	
23 (月)	たけのこ ごはん 【鶏肉・小麦・大豆】	さばの塩焼き 【さば・小麦・大豆】	わかめと豆腐の赤だし 【大豆】		497 636 —	牛乳 とり肉 とうふ わかめ	あぶらあげ さば みそ	たけのこ ごぼう だいこん	にんじん えだまめ ねぎ	こめ じゃがいも 三温糖
24 (火)	こもく 五目あんかけそば 【米粉中華めん:小麦】 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】	焼きぎょうざ 【豚肉・小麦・大豆・ごま】 小松菜の中華あえ【小麦・大豆】			495 604 764	牛乳 なると	ぶた肉 ぎょうざ	にんにく にんじん たまねぎ だいこん もやし	しょうが キャベツ ごまつな	中華めん 三温糖 あぶら ごまあぶら でんぶん
25 (水)	もち麦ごはん	いかなごの南蛮漬け 【小麦・大豆】	春野菜のうま煮 【鶏肉・小麦・大豆】	ふるさとの味給食の日	493 647 781	牛乳 とり肉 こんぶ	いかなご 平天	ねぎ にんじん たけのこ ぜんまい	たまねぎ ごぼう わらび きぬさや	こめ あぶら じゃがいも でんぶん 三温糖 生か
26 (木)	こめこ米粉パン 【小麦・乳・大豆】	タンダーチキン 【鶏肉】	ポトフ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】	●いちごジャ ム	536 688 833	牛乳 ベーコン	とり肉 ウインナー	レモン果汁 キャベツ にんにく マッシュルーム しょうが ブロッコリー	たまねぎ にんじん たまねぎ	米粉パン 小麦粉 いちごジャム
27 (金)	もち麦ごはん	マーボー厚揚げ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆・ご ま】	ばんさんすう 【小麦・大豆】		504 660 796	牛乳 みそ まわかめ	ぶた肉 あつあげ	ほししいたけ たまねぎ しょうが キャベツ	にんじん たけのこ ねぎ きゅうり	こめ 三温糖 ごまあぶら でんぶん はるさめ

※○印は瀬戸内市基本献立です。 ※●は小袋がつかます。★は直接学校に配送されます。
 ※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20日は「もってえねんジャーの日」です。苦手なものにも挑戦し、できるだけ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たりし
 て、給食に関心をもち、毎日楽しく食事を
 するようにしましょう。

