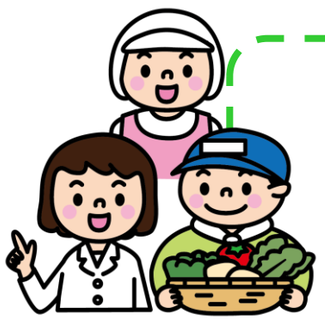
令和６年４月分　給食献立予定表

瀬戸内市邑久・牛窓学校給食調理場

日付	献立名 主食	主菜（メインのおかず）	副菜（主菜をおぎなう）	その他	エネルギー（幼）（小）（中） 家庭でとってほしい食品	主な材料 血やにくになる	体の調子をととのえる	力や熱のもとになる
9（火）	きつねうどん 【うどん：小麦】【汁：鶏肉・大豆・小麦】【あぶらあげ：大豆・小麦】		菜の花のごまあえ 【ごま・小麦・大豆】	★学給だいふく （豆乳いちご） 【大豆】	588 696 789 海藻類	牛乳　あぶらあげ とり肉　豆乳	にんじん　たまねぎ もやし　ねぎ なのはな　こまつな キャベツ　いちご とうもろこし	うどん　三温糖 ごま　だいふく
10（水）	わかめごはん	かつおのレモン風味 【小麦・大豆】	豚汁 【豚肉・大豆】		538 656 777 緑黄色野菜	牛乳　わかめ かつお　ぶた肉 とうふ　みそ	レモン果汁　しょうが にんじん　だいこん はくさい　ねぎ	米　むぎ 天ぷら油　三温糖 さつまいも　ごま油 でんぷん
11（木）	米粉黒糖パン 【小麦・乳・大豆】	シャキシャキハンバーグ 【牛肉・豚肉・小麦・大豆】	アスパラガスのサラダ コーンスープ【豚肉・大豆・鶏肉・小麦・大豆】		559 730 887 魚介類	牛乳　牛肉 ぶた肉　おから ベーコン	れんこん　たまねぎ しょうが　ほししいたけ にんじん　アスパラガス キャベツ　とうもろこし ほうれんそう	米粉黒糖パン でんぷん　三温糖 コールスロードレッシング じゃがいも
12（金）	麦ごはん	さわらの木の芽 みそかけ【大豆】 	たくあんあえ【ごま】 沢煮椀【豚肉・小麦・大豆】 ふるさとの味給食の日 もってぇ ねんジャーの日		501 630 746 いも類	牛乳　さわら みそ　ぶた肉	ほうれんそう　つぼ漬け きゅうり　こまつな にんじん　たまねぎ ごぼう　ねぎ　ほししいたけ えのきたけ　だいこん	米　むぎ 三温糖　ごま
15（月）	麦ごはん	マーボー厚揚げ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆・ごま】	きくらげの中華あえ 【小麦・大豆】		505 639 761 海藻類	牛乳　ぶた肉 みそ　あつあげ	しょうが　にんじん たまねぎ　ほししいたけ たけのこ　ねぎ だいこん　こまつな きくらげ	米　むぎ 三温糖　でんぷん ごま油
16（火）	わかめラーメン 【中華めん：小麦】【汁：豚肉・鶏肉・小麦・大豆】		大根のごまずあえ 【ごま・小麦・大豆】	マーラーカオ 【小麦・乳・卵・豚肉・大豆】	526 660 779 大豆製品	牛乳　ぶた肉 なると　わかめ たまご	しょうが　にんじん たまねぎ　とうもろこし もやし　キャベツ ねぎ　だいこん ほうれんそう　レーズン	中華めん　ごま油 ごま　三温糖 むしパンミックス ラード
17（水）	たけのこごはん 【豚肉・小麦・大豆】	とり肉のから揚げ 【鶏肉・小麦・大豆】	入学・進級お祝い献立 桜のすまし汁 【大豆・小麦】 	★お祝いいちご ゼリー【大豆】	563 683 815 魚介類	牛乳　ぶた肉 あぶらあげ　とり肉 とうふ　わかめ ちらしかまぼこ	にんじん　ごぼう ほししいたけ　たけのこ こまつな　しょうが たまねぎ　しめじ みつば	米　むぎ 三温糖　でんぷん 天ぷら油 豆乳いちごゼリー
18（木）	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	ポークビーンズ 【豚肉・小麦・大豆】	ごぼうのごまサラダ 【ごま・小麦・大豆】	●ミルメーク コーヒー	509 666 805 きのこ類	牛乳　ぶた肉 大豆　ひよこ豆	にんじん　たまねぎ トマト　いんげん ごぼう　えだまめ キャベツ	米粉パン　じゃがいも ごま　三温糖 ノンエッグマヨネーズ ミルメークコーヒー
19（金）	カレーライス 【牛肉・鶏肉・小麦・大豆】		マーマレードサラダ		583 732 868 緑黄色野菜	牛乳　牛肉 大豆	にんにく　にんじん たまねぎ　きゅうり キャベツ	米　むぎ じゃがいも　こむぎこ サラダ油　三温糖 マーマレード
22（月）	牛肉どんぶり 【牛肉・小麦・大豆】		ゆかりあえ 【小麦・大豆・ごま】	★あまなつ ゼリー 【オレンジ】	541 654 769 魚介類	牛乳　牛肉 あぶらあげ	しょうが　にんじん たまねぎ　ごぼう ほししいたけ　白ねぎ はだいこん　だいこん キャベツ　ゆかり	米　むぎ 三温糖　ごま あまなつゼリー
23（火）	かき揚げうどん 【うどん：小麦】【汁：鶏肉・小麦・大豆】【かきあげ：小麦・大豆】		ごまずあえ 【小麦・大豆・ごま】		543 718 862 果物	牛乳　とり肉 あぶらあげ	にんじん　ごぼう たまねぎ　ねぎ もやし　キャベツ きゅうり　しゅんぎく	うどん　天ぷら油 小麦粉　三温糖 ごま　でんぷん
24（水）	麦ごはん	タッカルビ 【鶏肉・小麦・大豆】	トックスープ 【豚肉・大豆・鶏肉・小麦】	●韓式味付け のり	523 655 776 大豆製品	牛乳　とり肉 ベーコン　のり	しょうが　にんにく にんじん　たまねぎ キャベツ　にら しめじ　ほししいたけ もやし　こまつな	米　むぎ サラダ油　三温糖 ごま油　トック
25（木）	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	とり肉のハニーマスタードソース 【鶏肉・小麦・大豆】	キャベツのレモンあえ 【小麦・大豆・ごま】 ポテトスープ【豚肉・大豆・鶏肉・小麦】		501 650 805 海藻類	牛乳　とり肉 ベーコン	キャベツ　きゅうり セロリー　にんじん たまねぎ　パセリ レモン	米粉パン　三温糖 ごま　じゃがいも はちみつ
26（金）	麦ごはん	いわしのカリカリフライ	春野菜のうま煮 【鶏肉・小麦・大豆】	●菜の花 ふりかけ 【ごま・小麦・大豆】	540 730 835 緑黄色野菜	牛乳　いわし とり肉　こんぶ さつまあげ　かつおぶし のり	ごぼう　にんじん たまねぎ　たけのこ わらび　きぬさや なのはな	米　むぎ 三温糖　さといも 天ぷら油　ごま　生ふ じゃがいも　でんぷん 玄米粉　米粉
30（火）	ソフトめんミートソースかけ 【ソフトめん：小麦】【ミートソース：牛肉・豚肉・大豆・小麦】		パインサラダ		559 700 828 いも類	牛乳　牛肉 ぶた肉　大豆	にんにく　セロリー にんじん　たまねぎ マッシュルーム　トマト ほししいたけ　パイナップル キャベツ　きゅうり	ソフトめん　小麦粉 サラダ油　三温糖

※〇印は瀬戸内市基本献立です。
※●は、小袋がつきます。★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。　牛乳は毎日つきます。
※献立名の欄に、アレルギー源になりやすい28品目に該当するものを【　】に載せています。
※米粉パン・米粉黒糖パン【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。
※4月12日（金）は「もってぇねんジャーの日」です。
**　苦手なものにも挑戦して、食べ残しを少しでもなくしましょう。**
※瀬戸内市のホームページに、献立表と2月に使用した食材の産地を掲載しています。



４月の瀬戸内市産食材使用予定

米　小麦粉　こまつな　ほうれん草　玉ねぎ
アスパラガス　きゅうり　裳掛手作りみそ

保護者の方へ

毎月、献立表を配布します。

ご家庭での食事作りの参考にするなど、活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。

令和6年4月から、邑久と牛窓が合併し、「邑久・牛窓学校給食調理場」となりました。引き続き、安全・安心でおいしい給食をお届けできるよう、関係者一同、力を合わせて頑張りますので、よろしくお願いいたします。