



4月

3つの食品群別献立表

学校

能美市立辰口学校給食センター

日	曜	こんだて表	材料名		
			(赤) 血や肉になる	(黄) 力やエネルギーになる	(緑) 体の調子を整える
9	月	牛乳 ハヤシライス ツナサラダ	牛乳 豚肉 まぐろ油漬け	麦飯 油 じゃがいも ハヤシルウ 生クリーム ドレッシング	にんにく セロリー たまねぎ にんじん しめじ トマト水煮 キャベツ きゅうり コーン
10	火	牛乳 桜ちらしずし ささみフライ ミニトマト みそ汁	牛乳 薄揚げ 卵焼き ささみフライ 堅豆腐 みそ	桜ずし飯 砂糖 ごま 油	干しいたけ かんぴょう たけのこ れんこん にんじん 枝豆 ミノマト たまねぎ えのきたけ 小松菜
11	水	牛乳 ミルクロール ハンパ-グソテー ブロッコリー-サラダ えびとあさりの クリームスープ	牛乳 ハンパ-グ あさり えび 鶏肉	ミルクロール 油 バター 砂糖 ごま油 じゃがいも 米粉 生クリーム	たまねぎ ブロッコリー コーン にんじん
12	木	牛乳 白飯 さばの照り焼き ゆかり和え じゃがいものそぼろ煮	牛乳 さば 豚肉 大豆	白飯 砂糖 片栗粉 じゃがいも	しょうが キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ こんにやく いんげん
13	金	牛乳 赤飯 鶏肉の唐揚げ おひたし 魚翅のすまし汁 お祝いデザート	牛乳 鶏肉 薄揚げ 魚翅 わかめ	赤飯 片栗粉 油 砂糖 お祝いいちごゼリー	ほうれん草 キャベツ にんじん ごぼう 大根 ねぎ
16	月	牛乳 白飯 ししゃもフライ ごま酢和え 厚揚げの野菜あんかけ	牛乳 ししゃもフライ 豚肉 厚揚げ	白飯 油 ごま 砂糖 片栗粉 ごま油	小松菜 もやし にんじん しょうが にんにく たまねぎ 干しいたけ ねぎ
17	火	牛乳 カレーライス フルーツヨーグルト	牛乳 豚肉 チーズ ヨーグルト	麦飯 油 じゃがいも バター 小麦粉 カレールウ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん りんご バイナップル 黄桃 パナナ
18	水	牛乳 胚芽パンズ メンチカツ コルスロ-サラダ 野菜スープ 動物チーズ	牛乳 ポークメンチカツ ベーコン 動物チーズ	胚芽パンズ 油 砂糖 じゃがいも	キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ まいたけ
19	木	牛乳 白飯 鮭の塩こうじ 焼き 大豆とひじきの炒め煮 かやくうどん	牛乳 鮭 ひじき 大豆 さつま揚げ 薄揚げ	白飯 油 砂糖 ごま油 米粉うどん	にんじん いんげん ごぼう 干しいたけ たまねぎ ねぎ
20	金	牛乳 わかめ麦ご飯 酢鶏 卵スープ オレンジ	牛乳 鶏肉 絹豆腐 卵	わかめ麦飯 片栗粉 油 砂糖	しょうが たまねぎ たけのこ水煮 にんじん えのきたけ チンゲン菜 オレンジ ピーマン
23	月	牛乳 白飯 豚肉のくわ焼き 磯香あえ 根菜みそ汁	牛乳 豚肉 しらす干し のり 薄揚げ みそ	白飯 片栗粉 油 砂糖 さつまいも	しょうが 小松菜 もやし にんじん ごぼう たまねぎ 大根 ねぎ
24	火	牛乳 たけのこそぼろご飯 切り干しサラダ 卵とじ	牛乳 鶏肉 まぐろ油漬け 豚肉 高野豆腐 卵	さくら麦飯 砂糖 ドレッシング	しょうが たまねぎ たけのこ いんげん にんじん 枝豆 切干大根 糸こんにやく キャベツ きゅうり コーン 干しいたけ
25	水	牛乳 キャロットパン タンドリーチキ ン スパゲティイタリアン 春キャ ベツのスープ	牛乳 鶏肉 ヨーグルト ベーコン	キャロットパン スパゲティ 油 じゃがいも	しょうが にんにく たまねぎ ピーマン トマト水煮 にんじん キャベツ しめじ
26	木	牛乳 白飯 豚シューマイ 糸切りわかめのサラダ 麻婆豆腐	牛乳 豚シューマイ わかめ 牛肉 豚肉 大豆 木綿豆腐	白飯 ごま ドレッシング 油 片栗粉 ごま油	キャベツ きゅうり しょうが にんにく たまねぎ 干しいたけ にんじん たけのこ水煮 ねぎ
27	金	牛乳 白飯 いわしのかば焼き アーモンド和え 肉じゃが	牛乳 いわし 牛肉	白飯 片栗粉 油 砂糖 アーモンド じゃがいも	しょうが ブロッコリー もやし にんじん たまねぎ こんにやく

4月9日(月)より給食が始まります。
今年度も給食センター職員一同、安全でおいしい給食を子供たちに
届けられるようにがんばります。
給食に関して何か気になることや疑問に思われることがありましたら、
給食センターまでご連絡ください。
よろしくお願ひ致します。

