



4月 給食献立表



日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質
8 水	カレーライス		鶏がら,鶏こま肉	米,米粒麦,サラダ油,バター,小麦粉,じゃが芋,でん粉(片栗粉)	しょうが,にんにく,セロリ,玉ねぎ,にんじん,ケチャップ	834 kcal
	チーズサラダ	○	ダイスチーズ	サラダ油,砂糖	キャベツ,もやし,にんじん,冷) ホールコーン,玉ねぎ,江戸菜	24.7 g
	くだもの				かんきつ類	
9 木	中華ごはん		鶏こま肉,大豆	米,米粒麦,ごま油,サラダ油,砂糖	しょうが,にんじん,干椎茸	762 kcal
	揚げぎょうざ	○	豚ひき肉	ごま油,でん粉(片栗粉),ぎょうざの皮,小麦粉,揚げ油(大豆白絞油)	にんにく,しょうが,キャベツ,長ねぎ,にら	28.8 g
	春雨スープ		鶏がら,鶏こま肉,冷凍豆腐	春雨	しょうが,にんじん,干椎茸,白菜,長ねぎ	
10 金	スパゲティーナポリタン		ベーコン,ポークソーセージ,粉チーズ	スパゲティ,サラダ油	にんにく,にんじん,玉ねぎ,ホールトマト(缶),ケチャップ,トマトピューレ,青ピーマン	842 kcal
	海藻サラダ	○	海藻ミックス	サラダ油,ごま油,砂糖	にんじん,大根,もやし,冷) ホールコーン,きゅうり	27.3 g
	パインのケーキ		鶏卵,牛乳,生クリーム	小麦粉,バター,砂糖,砂糖	パイン缶	
13 月	胚芽パン			胚芽パン		724 kcal
	魚のフライ	○	赤魚,鶏卵	小麦粉,パン粉,揚げ油(大豆白絞油)		36.5 g
	バターコーンポテト			じゃが芋,バター	玉ねぎ,冷) ホールコーン	
	ミネストローネスープ		チキンハム,鶏こま肉,鶏がら,白いんげん豆	サラダ油,マカロニ	玉ねぎ,にんじん,しょうが,かぼちゃ,パセリ,トマトピューレ,ケチャップ,キャベツ,パセリ	
<入学・進学を祝う献立> みなさんの門出をお祝いする献立です。健康で元気に過ごせますように！						
14 火	赤飯		小豆	米,もち米,黒いりごま		839 kcal
	松風焼き	○	鶏ひき肉,大豆,鶏卵,白みそ	サラダ油,パン粉,砂糖,白いりごま	玉ねぎ,にんじん,しょうが	35.9 g
	すまし汁		厚けすり節(さば),鶏こま肉,冷凍豆腐,かまぼこ		かぶ,にんじん,江戸菜	
	ミルク寒天のいちごソース		牛乳,粉寒天	砂糖,いちごジャム,コーンスターチ	レモン汁	
15 水	スパゲティーマイトソース		豚ひき肉,大豆,粉チーズ	スパゲティ,サラダ油,バター,小麦粉,砂糖	にんにく,しょうが,セロリ,にんじん,玉ねぎ,マッシュルーム(水煮),ケチャップ,トマトピューレ,ホールトマト(缶),トマトペースト,パセリ	772 kcal
	ツナサラダ	○	ツナ	サラダ油,砂糖	にんじん,キャベツ,もやし,きゅうり,江戸菜	32.2 g
	くだもの				かんきつ類	
16 木	鶏二郎丼		鶏こま肉	米,米粒麦,サラダ油,砂糖,でん粉(片栗粉),ごま油	しょうが,玉ねぎ,にんじん,もやし,にら	774 kcal
	ひじきとたまごのスープ	○	鶏がら,鶏こま肉,芽ひじき,冷凍豆腐,鶏卵	でん粉(片栗粉)	しょうが,にんじん,江戸菜	32.2 g
	くだもの				かんきつ類	
17 金	わかめとごまのごはん		わかめごはんの素	米,米粒麦,白いりごま		768 kcal
	大根と豚肉のべっこう煮	○	厚けすり節(さば),豚こま肉,厚揚げ	こんにゃく,砂糖	にんじん,干椎茸,たけのこ(水煮),大根,江戸菜	33.0 g
	かきたま汁		厚けすり節(さば),冷凍豆腐,鶏卵	でん粉(片栗粉)	干椎茸,にんじん,しめじ,長ねぎ,江戸菜	
20 月	ソース焼きそば		豚こま肉	サラダ油,蒸し中華麺	にんじん,玉ねぎ,キャベツ	735 kcal
	ビーンズポテト	○	大豆	でん粉(片栗粉),揚げ油(大豆白絞油),じゃが芋		28.0 g
	くだもの				かんきつ類	

21 火	ごはん		米,米粒麦		755 kcal
	魚のみそ煮風	さば,赤みそ,白みそ,厚削り節(さば)	砂糖,でん粉(片栗粉)	しょうが	33.4 g
	五目きんぴら	さつま揚げ,厚削り節(さば)	ごま油,つきこんにゃく,砂糖,白いりごま	大根,にんじん,干椎茸	
	田舎汁	厚けすり節(さば),鶏こま肉,油揚げ,冷凍豆腐	こんにゃく,じゃが芋	にんじん,大根,長ねぎ,江戸菜	
22 水	チキンドリア	鶏こま肉,鶏がら,牛乳,ミックスチーズ	米,米粒麦,サラダ油,バター,小麦粉	にんじん,玉ねぎ,冷凍グリーンピース,ケチャップ,トマトペースト	848 kcal
	野菜スープ	チキンハム,鶏がら	サラダ油,じゃが芋	玉ねぎ,にんじん,キャベツ,冷)ホールコーン,しょうが,パセリ	29.3 g
<p><悪魔のごはんとは?> 天かす,青のり,天つゆなどが入ったごはんのことです。「止まらない,悪魔的なおいしさ」というところから,このネーミングになったとか。</p>					
23 木	悪魔のごはん	あおさ粉,厚削り節(さば)	米,米粒麦,砂糖,小麦粉,揚げ油(大豆白絞油)		798 kcal
	高野豆腐入りたまご焼き	鶏ひき肉,高野豆,厚削り節(さば),鶏卵	サラダ油,砂糖	しょうが,にんじん,干椎茸,長ねぎ	33.8 g
	豚汁	豚こま肉,厚けすり節(さば),赤みそ,白みそ,冷凍豆腐	サラダ油,こんにゃく,じゃが芋	ごぼう,にんじん,大根,江戸菜	
24 金	中華ドッグパン	豚ひき肉,大豆	コッペパン,サラダ油,砂糖,普通はるさめ,でん粉(片栗粉),ごま油,白いりごま	しょうが,にんじん,玉ねぎ,たけのこ(水煮),干椎茸,にら	785 kcal
	チキンクリームシチュー	鶏がら,鶏こま肉,ゆでいんげん豆,牛乳	サラダ油,バター,小麦粉,じゃが芋	しょうが,にんじん,玉ねぎ,冷)ホールコーン,かぼちゃ,パセリ	33.1 g
	くだもの			かんきつ類	
27 月	ジャンバラヤ	鶏こま肉,チキンウインナー	米,米粒麦,サラダ油,バター	にんにく,セロリ,玉ねぎ,ケチャップ,トマトピューレ,ホールトマト(缶),青ピーマン	759 kcal
	魚の香草焼き	助宗たら	マヨネーズ(イgg卵・卵不使用),バター,パン粉	パセリ	29.0 g
	粉ふきいも		じゃが芋	パセリ	
	野菜スープ	鶏がら	サラダ油	玉ねぎ,にんじん,キャベツ,しょうが,江戸菜	
28 火	麻婆豆腐丼	豚ひき肉,鶏がら,赤みそ,冷凍豆腐	米,米粒麦,サラダ油,砂糖,でん粉(片栗粉),ごま油	にんにく,しょうが,玉ねぎ,にんじん,たけのこ(水煮),干椎茸,えのきたけ,長ねぎ,にら	745 kcal
	わかめスープ	鶏がら,鶏こま肉,冷凍豆腐,カットわかめ		しょうが,にんじん,玉ねぎ,もやし,長ねぎ	31.1 g
	くだもの			かんきつ類	
30 木	カレーうどん	豚こま肉,焼き竹輪,厚けすり節(さば),昆布	冷凍うどん,サラダ油,じゃが芋,砂糖,でん粉(片栗粉)	にんにく,しょうが,玉ねぎ,にんじん,長ねぎ,江戸菜	768 kcal
	じゃことさつまいもの変わり揚げ	大豆,かえり煮干し	さつま芋,揚げ油(大豆白絞油),砂糖,白いりごま		31.0 g
	くだもの			かんきつ類	

お知らせ

- ・行事や食材購入の都合により,献立や材料が変更になる場合があります。ご了承ください。特に野菜やくだものは,天候等による不作,価格高騰などの理由で,急ぎ変更になることがあります。
- ・料理別に使用食材を記載しています。(調味料の記載はありません)
- ・調理業務は,今年度も「NECライベックス」が担当します。
<今月の献立から>
- ・14日は,入学・進級を祝う献立です。
- ・果物は,旬のいろいろな種類のかんきつ類を提供します。