令和 5年 4月 学校給食献立予定表

こうかいちゅうがっこう香海中学校

令本	17 5 年 4 月	字 仪 🧵	給食 献	立	衣		~~~	毎中学校
ひづけ 日付 よう	こん たて めい 献 立 名	重や肉・骨に	<u>使</u> 男な後路(あか)	-	<u>料 (つかう たべもの</u> を整える後詰(みどり)	から 熱や力になる食品	常(きいろ)	こんげつ しゅん 今月の旬
よう (曜)			_{むきしつ おお} ぐん 無機質が 多い(2群)	った。 かっぱん カロテンが多い(3群)	た その他のビタミンが 多い(4群)	たんすいかぶつ おお ぐん 炭水化物が 多い(5群)	•	
1.0	^{むぎ} きゅうにゅう 麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ		
10	ビビンバ	ぎゅうにく あかみそ		にんじん こまつな	 もやし しょうが にんにく しめじ	さとう	あぶら	
	<u> </u>	やきどうふ	わかめ	ねぎ	 たまねぎ	はるさめ		-
	ぎゅうにゅう	, , , ,	ぎゅうにゅう			ロールパン		
11	ロールパン 年乳	ホキ			 しょうが		+ 7"2	
	ホキのケチャップ絡め ************************************			,,		でんぷん さとう	あぶら	7
(火)	青菜と豆腐のスープ	とりにく とうふ		にんじん チンゲンサイ	たまねさ 		あぶら	
12	もぎ 麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ		
	米がのカレー	ぎゅうにく		にんじん	たまねぎ しょうが にんにく	じゃがいも でんぷん	あぶら	
					セロリ	こめこ		はるキャベツ
(水)	コーンサラダ				はるキャベツ ホールコーン	さとう	あぶら	
	ティット 手作り みかんゼリー		かんてん アガー		みかんジュース	さとう		
	きゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう			ロールパン		
13	 セルフツナサンド	まぐろあぶらづけ			はるキャベツ	さとう		はるキャベツ
	モルフップ・サント チンゲンサイのクリーム煮	とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんぶん チンゲンサイ		じゃがいも こめこ	あぶら	10.0 1 1 12
	たぎ ぎゅうにゅう	באבי		12/00/0 7 2 9 2 9 1	7.6466 647		כיינינט	
14	*** 歩ごはん	ラッナ ノーノ ・ ト・	ぎゅうにゅう	わせ	たまかぎ にしにく しょこじ	こめ おおむぎ	+ 202	
	マーボー豆腐	ぶたにく とうふ		ねぎ	たまねぎ にんにく しょうが	でんぷん さとう	あぶら	はるキャベツ
(金)	141 + 1 + 2	あかみそ						
-14-/	ばんさんすう 伴三絲			にんじん	はるキャベツ もやし	はるさめ さとう	あぶら	
17	^{をき} ごはん 牛乳 キャラにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ		
11	とりの から揚げ	とりにく			しょうが にんにく	でんぷん さとう		თე
	はるだいこん しる しる 春大根のみそ汁	あかみそ		にんじん ねぎ	だいこん はるキャベツ こんにゃく			はるキャベツ
	ほうれん草と もやしの磯香あえ		თ ე	ほうれんそう				
	はりれん学ともやりの機管のと こめこい 米粉入りパン 牛乳		ぎゅうにゅう	10. 54 070 € 5	<u> </u>	こめこいりパン		
10		5.7=					± 7"C	
1 1	シイラのカレームニエル	シイラ				こむぎこ	あぶら	はるキャベツ
(火)	粉ふきいも					じゃがいも		
	ジュリアンスープ	とりにく		にんじん	たまねぎ はるキャベツ		あぶら	
19	せきはん 赤飯 牛乳	あずき	ぎゅうにゅう			こめ もちごめ		
	サワラの照り焼き	サワラ						.
	あおさの白みそ汁	とうふ しろみそ	あおさ	にんじん	たまねぎ			あおさ はるキャベツ
(水)				ねぎ				10.0 11 17
l 1	キャベツと もやしの おかかあえ	かつおぶし			はるキャベツ もやし			
	こくとう ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こくとうパン		
20	<u>黒糖パン </u>	ぶたにく	2771277	 ねぎ	 しょうが ほししいたけ	もちごめ でんぷん		
1,4	珍珠丸子 ちゅうかめん い						+ 7"?	7
	ちゅうかめん い 中華麺入りスープ むぎ ぎゅうにゅう	とりにく		にんじん こまつな	たまねぎ もやし	ちゅうかめん	あぶら	
21	^{むぎ} こはん 牛乳 キ乳		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ		
	シシャモの あおさ揚げ		シシャモ あおさ			でんぷん		たけのこ
	ない。 春野菜と厚揚げの煮物	あつあげ		にんじん	だいこん たけのこ ふき	さとう		ふき
	- まった 小松菜と もやしの ごまあえ			こまつな	もやし		ごま	
	きゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	あぶら	
24		とりにく			たまねぎ ホールコーン			
	<u> </u>	ベーコン しろいんげんまめ		にんじん こまつな	はるキャベツ			はるキャベツ
八月 / 「	(E					じゃがいも さとう	バター	
<u> </u>	<u>バター煮</u> きゅうにゅう ばぃ		ぎゅうにゅう ヨーグルト			ロールパン	117	
∠5	ロールパン 牛乳 ヨーグルト	++	こゅうにゅう コークルト	わせ	1 121/1-1		+ >=>	
	ホキのバーベキューソースかけ	ホキ		ねぎ	しょうが にんにく	こむぎこ さとう	あぶら	73
/ / .	やさい					じゃがいも	あぶら	
(火)	野菜スープ	とりにく		にんじん こまつな	たまねぎ		כיינינט	
26	^{むき} 麦ごはん 牛乳	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねさ	こめ おおむぎ	כיינינט	
26	<u>まずごはん 牛乳 サワラの白みそ焼き</u>	とりにく サワラ しろみそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねさ		כימש	あおさ
26	^{むき} 麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	ごぼう こんにゃく しょうが	こめ おおむぎ	あぶら	あおさ
26 -	きごはん 牛乳 サワラの白みそ焼き 五目きんぴら	サワラ しろみそ	ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ		あおさ
26 (水)	<u>装ごはん 牛乳 サワラの白みそ焼き こも きんぴら あおさの すまし汁 </u>	サワラ しろみそ とりにく	あおさ	にんじん	ごぼう こんにゃく しょうが	こめ おおむぎ さとう さとう		あおさ
26 (水) 27	きぎごはん 牛乳 サワラの白みそ焼き こもく 五目きんぴら あおさの すまし汁 かいさいロールパン 牛乳	サワラ しろみそ とりにく とうふ	あおさ ぎゅうにゅう	にんじんねぎ	ごぼう こんにゃく しょうが たまねぎ えのきだけ	こめ おおむぎ さとう さとう ちいさいロールパン	あぶら	
26 (水) 27	きごはん 牛乳 サワラの らみそ焼き 五目 きんぴら あおさの すまし汁 小さいロールパン 牛乳 スパゲッティ ホワイトソース	サワラ しろみそ とりにく	あおさ	にんじん ねぎ にんじん	ごぼう こんにゃく しょうが たまねぎ えのきだけ たまねぎ にんにく	こめ おおむぎ さとう さとう ちいさいロールパン スパゲッティ	あぶら パター	
26 (水) 27 (木)	きぎごはん 牛乳 サワラのらみそ焼き 五目きんぴら あおさの すまし汁 かいロールパン 牛乳 スパケッティ ホワイトソース まっな のサラダ	サワラ しろみそ とりにく とうふ	あおさ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじんねぎ	ごぼう こんにゃく しょうが たまねぎ えのきだけ	こめ おおむぎ さとう さとう ちいさいロールパン スパゲッティ さとう	あぶら	
26 (水) 27 (木)	きぎごはん 牛乳 サワラの白みそ焼き こもく 五目きんぴら あおさの すまし汁 小さいロールパン 牛乳 スパゲッティ ホワイトソース こまっな 変のサラダ きぎごはん 牛乳	サワラ しろみそ とりにく とうふ とりにく	あおさ ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ にんじん	ごぼう こんにゃく しょうが たまねぎ えのきだけ たまねぎ にんにく	こめ おおむぎ さとう さとう ちいさいロールパン スパゲッティ さとう こめ おおむぎ	あぶら あぶら パター あぶら	
26 (水) 27 (木) 28	まごはん 牛乳 サワラのらみそ焼き 五目きんぴら あおさの すまし汁 小さいロールパン 牛乳 スパゲッティ ホワイトソース 小松菜のサラダ まごはん 牛乳 イワシの かばやき風	サワラ しろみそ とりにく とうふ	あおさ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ にんじん	ごぼう こんにゃく しょうが たまねぎ えのきだけ たまねぎ にんにく もやし ホールコーン	こめ おおむぎ さとう さとう ちいさいロールパン スパゲッティ さとう	あぶら パター	*
26 (水) 27 (木) 28	きぎごはん 牛乳 サワラの白みそ焼き こもく 五目きんぴら あおさの すまし汁 小さいロールパン 牛乳 スパゲッティ ホワイトソース こまっな 変のサラダ きぎごはん 牛乳	サワラ しろみそ とりにく とうふ とりにく	あおさ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ にんじん	ごぼう こんにゃく しょうが たまねぎ えのきだけ たまねぎ にんにく	こめ おおむぎ さとう さとう ちいさいロールパン スパゲッティ さとう こめ おおむぎ	あぶら あぶら パター あぶら	