

令和4年度 4月 学校給食献立表

善通寺市・琴平町・多度津町学校給食センター

| 日 (曜) | 牛乳 | 主食 スプーン | 献立名 | 食品名 | | | | | kcal | |
|-----------|----|------------------------|--|----------------------------------|------------------------------|--|-------------------|--|--|-------------------|
| | | | | おもにエネルギーのもとになる食品(黄) | おもに体をつくるもとになる食品(赤) | おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑) | | 年中 小4 中2 | | |
| 6 (水) | | 黒糖パン | 豚肉とじゃがいものコンソメ煮 春野菜サラダ 揚げきなこピーズ | パン 黒糖 じゃがいも 砂糖 でんぷん | 油 | 豚肉 ウィンナー 大豆 きな粉 | 牛乳 | にんじん パセリ グリーンアスパガ ス | たまねぎ にんにく キャベツ コーン | 654 |
| 7 (木) | | 大豆入り さけごはん 幼のみ | きゅうりとわかめの酢の物 春キャベツのみそ汁 ミックスマツ(小・中) | 米 ダイシモチ 砂糖 じゃがいも | ごま ごま油 アーモンド かシューナツ | さけフレーク 大豆 油揚げ みそ | 牛乳 わかめ | こまつな にんじん 葉ねぎ | しょうが エリンギ きゅうり だいこん キャベツ | 425 602 689 |
| 8 (金) | | ツナサンド | ウィンナーと 野菜のスープ煮 清見オレシジ マヨネーズタイプ ドレッシング | パン 全粒粉 砂糖 じゃがいも | 油 ドレッシング グ | まぐろ水煮 ウィンナー | 牛乳 | こまつな にんじん パセリ | キャベツ きゅうり もやし たまねぎ オレシジ | 452 584 702 |
| 11 (月) | | ごはん (委託) | 牛肉とセロリの炒め物 さつまいもスティック ワンタンスープ ミニトマト | 米 砂糖 さつまいも ワンタン | ごま 油 | 牛肉 | 牛乳 | にんじん 葉ねぎ ミニトマト | セロリ だけのこ たまねぎ もやし エリンギ | 487 634 790 |
| 12 (火) | | ダイシモチ ごはん | いかと豆腐のチリソース煮 春雨サラダ いちご | 米 ダイシモチ 砂糖 でんぷん はるさめ | ごま油 ごま | 豆腐 いか 豚肉 | 牛乳 | にんじん こまつな 葉ねぎ | たまねぎ だけのこ エリンギ しょうが にんにく キャベツ コーン いちご | 462 606 702 |
| 13 (水) | | ごはん (委託) | たちうおの野菜あんかけ 小松菜のおかあえ けんちん汁 | 米 砂糖 でんぷん | 油 | たちうお かつお節 豆腐 油揚げ | 牛乳 | 葉ねぎ こまつな にんじん | たまねぎ もやし キャベツ ごぼう | 493 621 761 |
| 14 (木) | | 春野菜 カレー ライス | じゃこの鉄骨サラダ キウイフルーツ | 米 ダイシモチ じゃがいも 砂糖 | 油 ごま油 | 豚肉 | 牛乳 ひじき ちりめんじゃこ | にんじん グリーンアスパガ ス | たまねぎ エリンギ セロリ ごぼう コーン きゅうり キウイフルーツ | 473 620 714 |
| 15 (金) | | 小型 ミルクパン | 和風スパゲッティ 大豆サラダ いりごとナッツの オリーブオイルがらめ | パン スパゲッ ティ 砂糖 | オリーブ油 油 アーモンド | ベーコン 大豆 | 牛乳 煮干し | にんじん グリーンアスパガ ス | たまねぎ 切り干し大根 エリンギ にんにく キャベツ きゅうり | 496 640 798 |
| 18 (月) | | ごはん (委託) | 揚げ豆腐の肉みそかけ きゅうりと たくあんのごまあえ しょうゆ豆 ふしめん汁 | 米 砂糖 でんぷん ふしめん | 油 ごま | 豆腐ステーキ 鶏肉 みそ しょうゆ豆 油揚げ なると | 牛乳 | にんじん 葉ねぎ | しょうが きゅうり たくあん たまねぎ | 500 642 785 |
| 19 (火) | | 赤飯 | さわらの梅照り焼き キャベツと昆布のあえもの 湯葉入りすまし汁 お祝いクレープ | 米 もち米 砂糖 でんぷん クレープ | ごま 油 | 小豆 さわら ゆば 桜型かまぼこ | 牛乳 塩こんぶ | にんじん 葉ねぎ | しょうが きゅうり キャベツ たまねぎ だいこん | 530 653 753 |
| 20 (水) | | 米粉パン | かぼちゃのフライ アスパラガスのソテー あさりの 豆乳クリームスープ | パン 米粉 コーンスターチ パン粉 | 油 | ウィンナー あさり 豆乳 豆乳クリーム | 牛乳 | かぼちゃ グリーンアスパガ ス チンゲンサイ にんじん パセリ | コーン もやし キャベツ たまねぎ | 459 617 761 |
| 21 (木) | | 豚肉の あんかけ丼 幼・小1のみ | 焼きぎょうざ もやしの中華あえ | 米 ダイシモチ 砂糖 でんぷん | 油 ごま ごま油 | 豚肉 高野豆腐 ぎょうざ | 牛乳 | にんじん 葉ねぎ | たまねぎ しょうが にんにく きゅうり もやし | 482 618 756 |

| 日 (曜) | 牛乳 | 主食 スプーン | 献立名 | 食品名 | | | | | kcal | |
|-----------|----|-----------------------|---|---------------------------------------|----------------------|--------------------------------|-----------------------------|----------------|--|-------------------|
| | | | | おもにエネルギーのもとになる食品(黄) | おもに体をつくるもとになる食品(赤) | おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑) | | 年中 小4 中2 | | |
| 22 (金) | | りんごパン | 鶏肉のハーブ焼き イタリアンサラダ オニオンスープ | パン | オリーブ油 ドレッシング 油 | 鶏肉 ベーコン | 牛乳 | パセリ にんじん | きゅうり キャベツ えだまめ たまねぎ エリンギ りんご | 443 600 751 |
| 25 (月) | | ごはん (委託) | 肉じゃが 野菜のごま酢あえ 煮干し 甘夏みかん | 米 じゃがいも こんにゃく 砂糖 | 油 ごま | 牛肉 | 牛乳 煮干し | にんじん 葉ねぎ | たまねぎ エリンギ キャベツ きゅうり もやし 甘夏みかん | 457 590 732 |
| 26 (火) | | ダイシモチ ごはん | 花型ハンバーグの ごまだれかけ 野菜のちりめんあえ 蕪わかめの炒め煮 紫いもチップス(中のみ) | 米 砂糖 ダイシモチ でんぷん こんにゃく 紫いも | ごま ごま油 | 豆腐ハンバーグ 油揚げ てんぷら | 牛乳 ちりめんじゃこ 蕪わかめ | こまつな にんじん | きゅうり もやし だけのこ ごぼう | 456 603 706 |
| 27 (水) | | 豆腐入り ドライ カレーライス | 海藻サラダ ミニトマト | 米 砂糖 | 油 ドレッシング ごま | 豆腐 牛肉 豚レバー ちくわ | 牛乳 わかめ 蕪わかめ こんぶ のり | にんじん ミニトマト | にんにく たまねぎ エリンギ キャベツ きゅうり コーン | 451 587 731 |
| 28 (木) | | だけのこ ごはん | 鶏肉のから揚げ 元氣サラダ お鮎とわかめのすまし汁 いちごタルト(小・中) いちごゼリー(幼のみ) | 米 砂糖 でんぷん 小麦粉 ふ タルト ゼリー | 油 | 油揚げ 鶏肉 ハム かつお節 なると | 牛乳 こんぶ わかめ | にんじん 葉ねぎ | だけのこ えだまめ 干しいだけ しょうが キャベツ きゅうり コーン たまねぎ | 482 695 784 |

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。

※幼稚園または小学校、中学校のみの献立についてはそれぞれ(幼)(小)(中)と表記しています。

※市内・町内産の食材には下線を引いています。



☆善通寺市・琴平町・多度津町産食材

ダイシモチ、こまつな、葉ねぎ、キャベツ、
ミニトマト、キウイフルーツ



ご入園・ご入学、そしてご進級おめでとうございます。
今年度もみなさんが元気に1年を過ごせるように安心、
安全でおいしい給食づくりに努めます。
よろしくお願い致します。

