

令和6年度 4月 学校給食よていこんだてひょう

長岡京市立長岡第五小学校

日付 曜日	献立名			主な働きと材料名			栄養価
	主食	牛乳	主菜・副菜・汁物など	からだ 体をつくる基になる	からだ 体の調子を整える基になる	エネルギー の基になる	エネルギー
				あかのなかま	みどりのなかま	きいろのなかま	たんぱく質
15 (月)			とろろ丼の具	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ほししいたけ しょうが	こめ	641
			じゃがいものからあげ	とろろ		さとう	
			みそ汁	とうふ わかめ	キャベツ ねぎ	じゃがいも こめあぶら さとう	
16 (火)			魚フライ カクテルソース添え	ぎゅうにゅう		コッペパン	706
			新じゃがいもとベーコンのスープ	さわら たまご	にんじん たまねぎ	こむぎこ パンこ こめあぶら さとう	
17 (水)			キャベツと豚肉のみそ炒め	ぎゅうにゅう あぶらあげ	★たけのこ にんじん	こめ	565
			かきたま汁	ぶたにく	しょうが キャベツ ピーマン	こめあぶら	
				たまご とうふ わかめ	にんじん ねぎ	でんぷん	
18 (木)			ポークカレー	ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん セロリー トマトペースト	こめ おぎ	703
			フルーツのヨーグルトあえ	ぶたにく こなチーズ だっしふんにゅう	みかんかん	じゃがいも バター こめあぶら こむぎこ	
19 (金)			切干し大根とじゃがいもの煮物	ぎゅうにゅう わかめ		こめ おぎ	580
			もやしとツナのソテー	ぶたにく	きりぼしだいこん にんじん こんにゃく	じゃがいも こめあぶら さとう	
22 (月)			麻婆豆腐	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん たけのこ たら ほししいたけ しょうが にんにく	こめ	643
			じゃこのカレー風味揚げ	ぶたミンチ とうふ		こめあぶら さとう ごまあぶら でんぷん	
23 (火)			鶏肉と大豆のトマトソース煮込み	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん トマトかん	こめ	614
			キャベツのソテー	とりにく	キャベツ にんじん	こめあぶら さとう こめこ	
24 (水)			かしわのこはくあげ	ぎゅうにゅう しらずぼし たまご きざみのり	★たけのこ にんじん ほししいたけ ふき	こめ さとう こめあぶら	648
			すまし汁	とりにく	しょうが	こめあぶら でんぷん	
				わかめ	たまねぎ キャベツ えのき にんじん		
25 (木)			八宝菜	ぎゅうにゅう		こめ	574
			大豆のいそ煮	ぶたにく えび	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ もやし キャベツ ほししいたけ	こめあぶら でんぷん	
26 (金)			魚の竜田揚げ	ぎゅうにゅう	しょうが	こめ	615
			もやしのごま和え	さば	キャベツ もやし にんじん	こめあぶら でんぷん	
			みそ汁	とうふ わかめ	ねぎ たまねぎ	いりごま	
30 (火)			スパゲッティミートソース	ぎゅうにゅう		こがたパン	671
			フレンチサラダ	ぎゅうミンチ ぶたミンチ	たまねぎ パセリ トマトピューレ	スパゲッティ こめあぶら オリーブオイル	
				ハム	キャベツ きゅうり にんじん	さとう こめあぶら	27.3

★は地元産食材が納入される予定です。

※食材は天候等により変更となる場合があります。

