





4月 給食献立表



向日市学校給食センター 

日 (曜)	献立	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	赤の食品	黄の食品	緑の食品	調味料その他
			体をつくる	エネルギーのもと	体の調子をととのえる	
12 (金)	豚丼	803 31.2	豚肉	米 麦 つきこんにやく 米油 さとう 片栗粉	しょうが 玉ねぎ	しょうゆ みりん 酒
	牛乳		牛乳			
	こまつなサラダ		ツナ	米油 さとう	小松菜 にんじん もやし コーン	酢 塩 こしょう しょうゆ
	じゃがいものみそ汁		油揚げ	じゃがいも	玉ねぎ	みそ
15 (月)	鶏そぼろ丼	745 30.3	鶏ひき肉	米 麦 米油 さとう	玉ねぎ にんじん 干しいたけ しょうが	しょうゆ みりん
	牛乳		牛乳			
	キャベツと きゅうりのサラダ		ハム	米油	キャベツ きゅうり	卵抜きマヨネーズ 酢 こしょう 塩
	チンゲン菜のスープ		豚肉		チンゲン菜 玉ねぎ にんじん しょうが	薄しょうゆ 塩 こしょう
16 (火)	ごはん	811 29.1		米		
	牛乳		牛乳			
	いわしのフライ		いわし	米粉 パン粉 米油		こしょう
	ソース (小袋)					中濃ソース
	五目きんぴら		豚肉 油揚げ	つきこんにやく ごま油 さとう	ごぼう にんじん	しょうゆ みりん
	キャベツと 玉ねぎのみそ汁		わかめ		キャベツ 玉ねぎ ねぎ	みそ
17 (水)	チキンカレー	791 29.4	鶏肉	米 麦 米油 じゃがいも 米粉 バター はちみつ	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん セロリー	塩 こしょう カレー粉 ケチャップ トマトペースト チャツネ 濃厚ソース しょうゆ ターメリック クミン カルダモン garam masala コリアンダー
	牛乳		牛乳			
	うま塩きゅうり			ごま油	きゅうり	薄しょうゆ 塩 ガーリックパウダー
	フルーツのヨーグルトあえ (みかん・パイ)		ヨーグルト		みかん缶 パイン缶	
18 (木)	ごはん	795 34.3		米		
	牛乳		牛乳			
	豚肉と厚揚げの みそ炒め		豚肉 絹厚揚げ	米油 さとう 片栗粉	キャベツ にんにく しょうが	酒 みそ しょうゆ みりん
	もやしのいそあえ		刻みのり	ごま油 さとう	もやし 小松菜	酢 しょうゆ
	卵スープ		鶏卵 焼かまぼこ	片栗粉	玉ねぎ にんじん ねぎ	薄しょうゆ 塩
19 (金)	たけのこごはん	721 35.2	油揚げ	米	たけのこ にんじん 	酒 薄しょうゆ 塩 みりん
	牛乳		牛乳			
	かしわのこはく揚げ		鶏肉	片栗粉 米油	しょうが	しょうゆ
	キャベツのごまあえ			さとう ごま すりごま	キャベツ ほうれん草	しょうゆ
	すまし汁		豆腐		えのきだけ ねぎ	薄しょうゆ 塩
22 (月)	ごはん	805 35.5		米		
	牛乳		牛乳			
	豚肉のしょうが炒め		豚肉	米油 さとう 片栗粉	しょうが 玉ねぎ	酒 しょうゆ
	フレンチサラダ		ハム	さとう 米油	キャベツ コーン にんじん	酢 塩 こしょう
	卵とアスパラのスープ		鶏卵 鶏肉	片栗粉	アスパラガス にんじん 玉ねぎ	薄しょうゆ 塩
23 (火)	ごはん	799 38.0		米		
	牛乳		牛乳			
	かしわの甘辛煮		鶏肉	片栗粉 米油 さとう	しょうが	酒 しょうゆ
	小松菜のピリ辛あえ			さとう ごま油	小松菜 もやし にんじん	薄しょうゆ 一味とうがらし
	ぶどう豆		大豆	さとう		しょうゆ
	玉ねぎのみそ汁		豆腐 わかめ		ねぎ 玉ねぎ	みそ

たけのこ
向日市産を
使用予定です

24 (水)	コーンピラフ	764 27. 5		米	コーン	塩 こしょう 薄しょうゆ
	牛乳		牛乳			
	焼きフランク		ポークウィンナー	さとう		ケチャップ ウスターソース
	ポテトサラダ		ハム	じゃがいも	玉ねぎ きゅうり	卵抜きマヨネーズ 塩 こしょう 酢
	米粉マカロニスープ		ベーコン	米粉マカロニ 米油	キャベツ 玉ねぎ にんじん パセリ	薄しょうゆ 塩 こしょう
25 (木)	玄米入りごはん	835 32. 9		米 玄米		
	牛乳		牛乳			
	麻婆豆腐		豚ひき肉 豆腐	米油 さとう ごま油 片栗粉	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん 干しいたけ にら	しょうゆ 酒 みそ テンメンジャン トウバンジャン
	ししゃものから揚げ		ししゃも	片栗粉 米油		
	春雨サラダ		ハム	緑豆春雨 さとう ごま油	キャベツ きゅうり にんじん	しょうゆ 酢
26 (金)	わかめごはん(麦入り)	756 36. 5	わかめ	米 麦		
	牛乳		牛乳			
	鶏肉の塩こうじ焼き		鶏肉 塩こうじ			
	切干大根と じゃがいもの煮物		豚肉	じゃがいも つきこんにゃく 米油 さとう	切干大根 にんじん	しょうゆ
	小松菜とえのきの みそ汁		油揚げ		えのきだけ 小松菜 玉ねぎ	みそ
30 (火)	ごはん	809 33. 3		米		
	牛乳		牛乳			
	さわらの照り焼き		さわら	さとう 片栗粉		みりん 酒 しょうゆ
	野菜のごまネーズあえ		ハム	米油 ごま すりごま	キャベツ きゅうり	しょうゆ 酢 卵抜きマヨネーズ こしょう
	ひじきの炒め煮		ひじき 油揚げ	米油 さとう		しょうゆ
	沢煮わん		豚肉		ごぼう にんじん たけのこ えのきだけ みつ葉	酒 薄しょうゆ 塩

19日(金) たけのこごはん

たけのこは向日市の特産品です!

19日(金)のたけのこごはんには、向日市産の「たけのこ」を使用する予定です!


地元の農家さんが大事に育てられたたけのこを、味わって食べましょう!



～主な食材と産地(4月分予定)についてお知らせします。(資料提供(公財)京都府学校給食会)～

※食材の入荷状況等の都合により、献立や産地が変更になる場合もありますのでご了承ください。

豚肉 鶏肉 卵	愛知 他 国内 京都	じゃがいも にんじん たまねぎ にんにく えのきだけ セロリー 切干大根 ねぎ ごぼう パセリ	鹿児島 他 長崎 他 長崎 他 青森 長野 静岡 他 宮崎 京都 他 鹿児島 他 香川	土生姜 きゅうり にら チンゲン菜 小松菜 ほうれん草 もやし キャベツ コーン	高知 高知 他 高知 静岡 他 長崎 他 京都 他 岐阜 京都 他 北海道
---------------	------------------	--	--	--	---

牛乳 京都府南丹市八木町 

米 京都府産 

向日市産野菜
たけのこ

お知らせとお願い

◆給食配膳時は、衛生的な活動のために、給食前後の手洗いを丁寧に行っています。
マスク・エプロン・帽子を着用して給食当番の活動を行いますので、
マスクを忘れずに持参してください。

◆給食当番のエプロン・帽子・袋は、週末に当番生徒が持ち帰ります。
洗濯をして翌週初めに学校に持ってくるようお願いいたします。
(ゴムが伸びていたり、ボタンがとれていたら、繕っていただくと、とても助かります。)

