




# 4月 給食献立表



向日市学校給食センター  
西ノ岡中学校


日 (曜)	献立	エネルギー (kcal)	赤の食品	黄の食品	緑の食品	調味料その他
		たんぱく質 (g)	体をつくる	エネルギーのもと	体の調子をととのえる	
13 (月)	ごはん	819 35.6		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
	じゃがいものあんかけ		豚ひき肉	じゃがいも 米油 さとう ごま油 片栗粉	しょうが 玉ねぎ にんじん	しょうゆ 塩 こしょう
	キャベツと玉ねぎの みそ汁				キャベツ 玉ねぎ ねぎ	みそ
14 (火)	豚丼	777 29.7	豚肉	米 つきこんにゃく 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			
	キャベツとコーンのサラダ			米油	キャベツ コーン	卵抜きマヨネーズ 酢 塩 こしょう
	チンゲン菜のスープ		鶏肉		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
15 (水)	チキンカレー	787 29.2	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 ガラムマサラ コリアンダー
	牛乳		牛乳			
	きゅうりの中華漬け			ごま油 さとう	きゅうり	塩 しょうゆ 酢
	フルーツのヨーグルトあえ (黄桃・パイ)		ヨーグルト		黄桃缶 パイン缶	
16 (木)	ごはん	777 32.7		米		
	牛乳		牛乳			
	さばのみそだれかけ		さば	さとう 片栗粉	しょうが	みりん 酒 しょうゆ みそ
	五目きんぴら		豚肉 油揚げ	つきこんにゃく ごま油 さとう	ごぼう にんじん	しょうゆ みりん
17 (金)	たけのこごはん	727 36.1	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
	きゅうりともやし ごまあえ			さとう ごま すりごま	きゅうり もやし	しょうゆ
	豚汁		豚肉		大根 にんじん ねぎ	みそ
20 (月)	麦ごはん	762 35.4		米 麦		
	牛乳		牛乳			
	揚げ鶏の甘酢ソース		鶏肉	片栗粉 米油 ごま油 さとう	しょうが	酒 しょうゆ 酢
	キャベツのごまあえ			さとう ごま すりごま	キャベツ 小松菜 にんじん	しょうゆ
	ひじきの炒め煮 (少量)		ひじき 豚肉	米油 さとう		しょうゆ
玉ねぎのみそ汁	豆腐		ねぎ 玉ねぎ	みそ		
21 (火)	ごはん	779 32.3		米		
	牛乳		牛乳			
	豚肉と厚揚げの オイスター炒め		豚肉 絹厚揚げ	米油 さとう 片栗粉	玉ねぎ にんじん チンゲン菜	オイスターソース しょうゆ 酒
	もやしのナムル			ごま油	もやし にんじん にら	酢 しょうゆ 塩
親子スープ	鶏卵 鶏肉		じゃがいも 片栗粉	にんじん	薄しょうゆ 塩	
22 (水)	コーンピラフ	757 35.2		米		塩 こしょう 薄しょうゆ
	牛乳		牛乳			
	鶏肉のレモンあえ		鶏肉	片栗粉 米油 さとう	レモン果汁	酒 塩 薄しょうゆ 白ワイン
	白菜とツナのサラダ		ツナ	米油 さとう	白菜 にんじん	薄しょうゆ 酢 こしょう
レンズ豆のスープ	豚肉 レンズ豆			玉ねぎ にんじん キャベツ パセリ	塩 こしょう 薄しょうゆ	

日 (曜)	献立	エネルギー (kcal)	赤の食品	黄の食品	緑の食品	調味料その他
		たんぱく質 (g)	体をつくる	エネルギーのもと	体の調子をととのえる	
23 (木)	ごはん	810 31.9		米		
	牛乳		牛乳			
	ポークチャップ		豚肉	米油 さとう 片栗粉	玉ねぎ	しょうゆ ケチャップ 濃厚ソース 赤ワイン こしょう
	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
	もやしコンソメスープ		鶏肉		もやし にんじん	薄しょうゆ 塩 こしょう
24 (金)	わかめごはん(麦入り)	735 30.8	わかめ	米 麦		
	牛乳		牛乳			
	あじのから揚げ		あじ	片栗粉 米油		酒 塩 こしょう
	野菜のたくあんあえ			さとう ごま油	キャベツ きゅうり にんじん 千切り大根漬け	しょうゆ
	ぶどう豆		大豆	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
27 (月)	鶏そぼろ丼	749 31.0	鶏ひき肉	米 麦 米油 さとう	玉ねぎ にんじん しょうが	しょうゆ みりん
	牛乳		牛乳			
	コールスローサラダ		ハム	米油	キャベツ	卵抜きマヨネーズ 塩 酢 こしょう
	卵とアスパラのスープ		鶏卵 豚肉	片栗粉	アスパラガス にんじん 玉ねぎ	薄しょうゆ 塩
28 (火)	玄米入りごはん	804 31.0		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 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		
	もやしのいそあえ		刻みのり	ごま油 さとう	もやし きゅうり にんじん	酢 しょうゆ
30 (木)	ごはん	872 37.1		米		
	牛乳		牛乳			
	チキンカツ		鶏肉	米粉 パン粉 米油		塩 こしょう
	減塩ソース(小袋)					中濃ソース
	焼きビーフン		豚肉	ビーフン 米油 ごま油	にんじん キャベツ にら	オイスターソース しょうゆ 塩 酒 こしょう
	白菜のみそ汁		豆腐 油揚げ		白菜 ねぎ	みそ


～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 鹿兒島 他  
鶏肉 国内  
卵 京都




さば 長崎 他  
あじ 佐賀 他  
ししゃも アイランド




じゃがいも 鹿兒島 他	土生姜 高知	にんじん 徳島 他
にんにく 青森	小松菜 京都 他	ごぼう 鹿兒島 他
きゅうり 滋賀 他	チンゲン菜 静岡 他	キャベツ 京都 他
にら 高知	冷凍コーン 北海道	もやし 岐阜
セロリー 長野 他	玉ねぎ 長崎 他	ねぎ 京都 他
えのき 長野	大根 和歌山 他	白菜 和歌山 他
アスパラガス 福岡 他	三つ葉 滋賀 他	

牛乳 京都府南丹市八木



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。)

白衣や帽子の洗濯を  
いつもありがとうございます

