



4月 こんだてよてい



久御山町学校給食研究会
久御山町立東角小学校

日	こんだてめい 献立名	牛 乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力のもとになる	緑の仲間 体の調子を調える	その他
13月	ごはん			こめ 米		
	マーボー豆腐	○	ぶた にく とうふ ほつちよう 豚ひき肉、豆腐、八丁みそ、 ちゅう 中みそ	あぶら さとう かたくりこ ごま油、砂糖、片栗粉	しょうが、にんにく、玉ねぎ、にんじん	こいくち さけ ようふう 濃口しょうゆ、酒、洋風だしの素、中華だしの素
	春雨サラダ		はむ	はるさめ さとう あぶら 春雨、砂糖、ごま油	きゅうり、にんじん	オイスターソース、テンメンジャン、トウバンジャン
14火	チキンライス	○	とり にく 鶏肉	こめ あぶら 米、サラダ油	玉ねぎ、にんじん、ホールコーン	しお 塩、こしょう、洋風だしの素、ウスターソース
	豆乳スープ		ベーコン、豆乳	じゃがいも、サラダ油	にんじん、玉ねぎ、パセリ	ケチャップ
15水	小型パン			こがた 小型パン		
	春野菜のポトフ	○	ウィンナー	じゃがいも、サラダ油	キャベツ、玉ねぎ、にんじん	しお 塩、こしょう、洋風だしの素、淡口しょうゆ
	マカロニサラダ			マカロニ、サラダ油、砂糖	きゅうり、にんじん、ホールコーン	しお 塩、こしょう、酢、洋風だしの素
16木	ごはん			こめ 米		
	さばのしょうが煮	○	さば	さとう 砂糖	しょうが	こいくち さけ 濃口しょうゆ、酒、酢、みりん
	ほうれん草のおかかあえ		かつお節	さとう 砂糖	ほうれん草、にんじん	こいくち 濃口しょうゆ
	豆腐と油揚げのみそ汁		豆腐、油揚げ、中みそ		たまご 玉ねぎ、青ねぎ	だし だしじゃこ
17金	チキンカレーライス	○	とり にく 鶏肉	まご はん、サラダ油、じゃがいも	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん	カレー粉、ウスターソース
	はりはり漬け			さとう 砂糖、ごま	きぼだいこん 切千大根、にんじん	こいくち 濃口しょうゆ、ケチャップ、赤ワイン、チャツネ
20月	ごはん			こめ 米		
	ホイコーロー	○	ぶた にく あつあ ほつちよう 豚肉、厚揚げ、八丁みそ	あぶら さとう かたくりこ サラダ油、砂糖、片栗粉	キャベツ、にんじん、ピーマン、しょうが	しお 塩、こしょう、テンメンジャン、濃口しょうゆ
	わかめスープ		わかめ、豆腐		にんにく	みりん、酒、トウバンジャン
21火	ごはん			こめ 米		
	鶏のから揚げ	○	とり にく 鶏肉	かたくりこ こむぎこ あぶら 片栗粉、小麦粉、揚げ油	にんにく、しょうが	うすくち さけ 淡口しょうゆ、酒
	キャベツの梅和え			さとう 砂糖	キャベツ、にんじん、梅びしお	こいくち 濃口しょうゆ
	もやしのみそ汁		あぶら 油揚げ、中みそ		こまつな 小松菜、もやし、にんじん	だし だしじゃこ
22水	味付けパン			あじ 味付けパン		
	ポークビーンズ	○	ぶた にく だいず 豚肉、大豆	あぶら さとう サラダ油、じゃがいも、砂糖	にんにく、玉ねぎ、にんじん	トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、塩
	フレンチサラダ			おりんぶ さとう オリーブ油、砂糖	ホールコーン	こしょう、洋風だしの素
23木	ごはん			こめ 米		
	厚揚げのごまみそそば煮	○	とり にく あつあ ちゅう 鶏ひき肉、厚揚げ、中みそ	あぶら さとう サラダ油、じゃがいも、ごま ねりごま、砂糖	たまご 玉ねぎ、にんじん、こんにゃく、三度豆	うすくち さけ 淡口しょうゆ、酒、和風だしの素
	きゅうりのゆかり和え				きゅうり	ゆかり、塩
24金	たけのこごはん	○	とり にく あぶら 鶏肉、油揚げ	こめ あぶら 米、サラダ油		こいくち さけ 濃口しょうゆ、淡口しょうゆ、みりん、酒、塩
	豚肉とこんにゃくの炒め物		ぶた にく 豚肉	さとう あぶら 砂糖、サラダ油	こんにゃく、青ねぎ	こいくち 濃口しょうゆ、みりん、和風だしの素
	ふのすまし汁		ふ		にんじん、青ねぎ	うすくち さけ 淡口しょうゆ、塩、だしかつお、だし昆布
27月	親子丼	○	とり にく たまご 鶏肉、卵	こめ さとう かたくりこ 米、砂糖、片栗粉	たまご 玉ねぎ、にんじん、青ねぎ	こいくち 濃口しょうゆ、淡口しょうゆ、みりん、だしかつお
	きゅうりとわかめの酢の物		わかめ	さとう 砂糖	きゅうり	す しお 酢、塩、淡口しょうゆ
28火	ごはん			こめ 米		
	あじフライ	○	あじ	こむぎこ こ あぶら さとう 小麦粉、パン粉、揚げ油、砂糖	キャベツ、にんじん	ウスターソース、ケチャップ、赤ワイン、塩
29水	コーンスープ		ベーコン	じゃがいも	たまご 玉ねぎ、にんじん、ホールコーン、パセリ	しお 塩、こしょう、洋風だしの素、淡口しょうゆ
昭和の日						
30木	わかめごはん	○	たきこみわかめ	こめ 米		
	みそラーメン		ぶた にく ちゅう 豚肉、中みそ	ちゅうめん あぶら さとう 中華めん、ごま油、砂糖	しょうが、にんにく、もやし、にんじん	ちゅうか 中華だしの素、塩、濃口しょうゆ、みりん
	三度豆のごま和え			さとう 砂糖、ごま	さんどまめ 三度豆、にんじん	こいくち 濃口しょうゆ

※ 材料の仕入れ状況等により、献立を変更することがあります。久御山町産の野菜を献立に取り入れています。ごはんは毎回久御山町産を使用しています。