

4月こんだてひょう



みえるところにはってね！
南丹市立八木学校給食共同調理場

日・曜日	こんだて	ざいりょう			えいようか	
		(あか)	(き)	(みどり)	エネルギー	たんぱく質
		ち・にく・ほねになる	ねつ・ちからのもとなる	からだのちょうしをととのえる	kcal	g
14・月	<給食開始> ごはん 牛乳 パワーアップ丼 みそワントンスープ 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく さつまあげ みそ にぼし ★けずりぶし	★ごはん あぶら さとう かたくりこ ワンタン	つちしょうが たまねぎ ★たけのこ にんじん ★こまつな キャベツ コーン	865	28.0
15・火	<入学・進級お祝い献立> ターメリックライス 牛乳 キーマカレー フルーツポンチ 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく じゃがいも さとう ★こめこ	むぎごはん あぶら じゃがいも さとう ★こめこ	にんにく つちしょうが たまねぎ にんじん パイン ★みかん	805	26.4
16・水	鶏釜飯 牛乳 青菜とツナの和え物 具だくさんみそ汁 	ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし ツナ さつまあげ みそ にぼし ★けずりぶし	★ごはん あぶら さとう ごまあぶら	はたけしめじ ごぼう にんじん さんどまめ ★みずな キャベツ だいこん たまねぎ ★あおねぎ	698	26.0
17・木	ごはん 牛乳 すき焼き風煮 土佐酢和え 	ぎゅうにゅう とりにく やきどうふ かつおぶし	★ごはん あぶら おつゆふ さとう いとこんにやく	えのきたけ たまねぎ にんじん ★あおねぎ ★みずな キャベツ	731	29.9
18・金	ごはん 牛乳 タラのレモンソースかけ 豚汁 ふりかけ 	ぎゅうにゅう タラ ★ぶたにく にぼし ★けずりぶし みそ ふりかけ	★ごはん あぶら さとう かたくりこ	レモンかじゅう だいこん ごぼう たまねぎ にんじん ★あおねぎ	772	27.0
21・月	<お誕生月給食> チキンライス 牛乳 野菜たっぷりポトフ ぶどうゼリー 	ぎゅうにゅう とりにく ★ぶたにく かつおぶし	★ごはん あぶら ぶどうゼリー	にんじん たまねぎ さんどまめ コーン キャベツ ブロッコリー	712	26.8
22・火	<なんたん食育の日献立> ごはん 牛乳 サケのハーブ焼き おひたし すまし汁 	ぎゅうにゅう サケ ★とうふ かまぼこ かつおぶし ★けずりぶし	★ごはん オリーブオイル ごま さとう	キャベツ ★みずな にんじん レモンかじゅう もやし ★あおねぎ	680	33.8
23・水	中学校 停止 					
24・木	わかめごはん 牛乳 肉じゃが 油揚げのみそ汁 	ぎゅうにゅう わかめ ★ぶたにく あぶらあげ もめんどうふ みそ にぼし ★けずりぶし	★ごはん あぶら じゃがいも さとう いとこんにやく	たまねぎ にんじん さんどまめ だいこん もやし ★あおねぎ	811	27.2
25・金	ごはん 牛乳 チャプチェ 中華スープ 味付けのり 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ハム ★とうふ かつおぶし あじつけのり ★けずりぶし	★ごはん あぶら さとう はるさめ ごま ごまあぶら	つちしょうが にんにく にら にんじん たまねぎ あかパプリカ ★あおねぎ もやし	816	27.3
28・月	ごはん 牛乳 鶏肉の米っこ唐揚げ 切干大根のカレーソテー 麩のみそ汁 	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン みそ にぼし ★けずりぶし	★ごはん あぶら ごまあぶら ★こめこ かたくりこ おつゆふ	つちしょうが にんにく にんじん きりぼしだいこん さんどまめ もやし たまねぎ キャベツ えのきたけ ★あおねぎ	815	28.7
30・水	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ナムル 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とうふ あかみそ さつまあげ	★ごはん あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ	にんにく つちしょうが たまねぎ ★あおねぎ キャベツ ★こまつな にんじん	814	34.1

◎ こんだて内容は気候などの都合により変更になる場合があります。

◎ ★印がついているのは、南丹市で栽培・製造された食材です。

4月に使用する食材の産地をお知らせします

水菜・青ねぎ・小松菜・豆腐・たけのこ・みかん(八木)豚肉(日吉)木綿豆腐(亀岡市)はたけしめじ(京丹波町)米(京都府)鶏肉(宮崎県・兵庫県)にんにく(青森県)にんじん・玉葱(長崎県)じゃがいも(北海道)大根(滋賀県)赤パプリカ(韓国)チンゲンサイ(静岡県)キャベツ(愛知県・大阪・和歌山県)土しょうが・にら(高知県)ささがきごぼう(北海道・青森県・茨城県・千葉県)えのきたけ(長野県)ブロッコリー(徳島県)牛乳(京都府・兵庫県・滋賀県・岡山県・福岡県・宮崎県・熊本県・長崎県・愛知県・三重県・北海道)

アレルギー原因食品についてのお知らせ

毎月の献立表で食材をお知らせしていますが、使用する食品によっては、アレルギー原因食品が混入する可能性があります。例えば、「しらすばし」や「ちりめんじゃこ」、「わかめ」、「魚肉練り製品」には、小さな「えび」「いか」「たこ」「かに」などが混入している場合があります。より安全・安心な給食のため今後とも各学校との相談・連携をお願いいたします。