

4月 献立表



日	献立・配膳図		使用材料名					日	献立・配膳図		使用材料名							
11月	ご飯	キャベツサラダ 鶏肉の照焼	お祝いデザート ちゃんこ汁	赤	鶏肉・(肉団子)・豆腐・牛乳					ご飯	ひじきと法蓮草のサラダ	かぶのスープ	赤	(ハンバーグ)・ひじき・ツナ・鶏肉・豆腐・牛乳				
				黄	米・マヨネーズ(卵不使用)・蒲焼のタレ・お祝いゼリー								黄	米・じゃが芋・ドレッシング・ケチャップ・ウスターソース・三温糖・コンソメ				
	886	31.6	34.3	109.2	359	6.7	3.2	2.2	21	789	32.8	22.9	118.6	447	6.2	8.6	5	
12月	ご飯	野菜炒め 牛肉コロッケ	大根の味噌汁	赤	(牛肉コロッケ)・豚肉・薄揚・味噌・牛乳					セルフホットドッグ キャベツカレーソーテー ウインナー	ココアムース 洋風コロコロスープ	赤	ウインナー・鶏肉・牛乳					
				黄	米・菜種油・コンソメ・中華だし							黄	パン・じゃが芋・カレー粉・菜種油・コンソメ・ココアムース					
	802	22.4	27.9	118	308	2.1	5	2.9	22	771	27.9	35.1	97.8	349	1.9	7.1	4.2	
13月	ご飯	春雨マロニーサラダ 焼売 2個	中華五目スープ	赤	(焼売)・ハム・豚肉・牛乳					ビーフカレー 麦ご飯 福神漬	巨峰ゼリー 法蓮草のサラダ	赤	牛肉・牛乳					
				黄	米・マヨネーズ(卵不使用)マロニー春雨・鶏ガラスープ・ごま油・澱粉							黄	米・麦・じゃが芋・ドレッシング・菜種油・ドレッシング・カレー粉・巨峰ゼリー					
	806	24	30.3	112.5	291	2.8	3.9	1.4	23	957	24.2	29.7	139	334	4.3	5.3	3.3	
14月	ご飯	キャベツと胡瓜のゆかり和え トンカツ	南瓜の味噌汁	赤	(トンカツ)・薄揚・牛乳					コールスローサラダ チキンカツ	野菜スープ	赤	(チキンカツ)・ハム・ベーコン・牛乳					
				黄	米・じゃが芋・菜種油							黄	米・ドレッシング・コンソメ・菜種油・マヨネーズ(卵不使用)					
	787	25.6	23.7	120	344	3.2	4.3	1.4	25	808	25.9	26.4	119.5	361	3.3	3.5	4.7	
15月	ご飯	金平牛蒡 鯖の塩焼	ワカメのすまし汁	赤	鯖・牛肉・ワカメ・豆腐・味噌・牛乳					もやし炒め 豚肉の生姜焼	みかんゼリー 根菜汁	赤	豚肉・鶏肉・薄揚・牛乳					
				黄	米・ゴマ・三温糖・菜種油							黄	米・薩摩芋・菜種油・三温糖					
	858	28.4	37.9	987	292	2.2	4.3	2.6	26	792	29.4	25.1	113.9	293	2.6	4.7	2.2	
18月	ご飯	きのこスパゲティ オムレツ	ポークビーンズ	赤	(オムレツ)・豚肉・大豆・5種豆・ツナ・牛乳					ナムル	ワンタンスープ	赤	鶏肉・(ワンタン)・牛乳					
				黄	米・スパゲティ・じゃが芋・ケチャップ・トマトピューレ・コンソメ・菜種油							黄	米・ゴマ・ゴマ油・天ぷら粉・菜種油・鶏ガラスープ					
	823	32.4	23.7	122.1	305	3.5	6.7	3.3	27	823	31.5	28.7	109.8	360	2.7	4.7	1.6	
19月	揚げご飯	インゲンの胡麻和え 鯖磯辺フライ	豆腐の味噌汁	赤	(鯖磯辺フライ)・薄揚・豆腐・ワカメ・味噌・牛乳					大豆サラダ 鰻の南部焼	小松菜の味噌汁	赤	鰻・大豆・チーズ・ハム・薄揚・味噌・牛乳					
				黄	米・ゴマ・三温糖・菜種油							黄	米・じゃが芋・マヨネーズ(卵不使用)					
	792	32.6	26.1	110.5	404	5.7	5.5	4.4	28	823	41.7	27	104.6	502	4.4	6	2.4	
20月	ご飯	焼プリンタルト 1食うどん きつねうどん汁	肉じゃが ちくわ磯辺天2切	赤	竹輪・豚肉・薄揚・牛乳													
				黄	うどん・じゃが芋・天ぷら粉・菜種油・焼プリンタルト													
	781	24.7	30.2	106.6	361	1.7	5.2	3.3										
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)		

- 1年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。
- 食材の都合により、献立の一部を変更する事がありますので、ご了承下さい。
- 食材欄の()書きは加工食品です。
- 今月19日は、食育の日献立の日です。
福井県の郷土料理の揚げごはんが献立に入っています。
- 今月は21日が、アイアンの日で鉄分たっぷりメニューです。
鉄分を多く含むひじき・豆腐・ほうれんそう・ハンバーグが献立に入っています。
- 今月28日は、歯ッピーの日でカルシウムたっぷりメニューです。
カルシウムを多く含む、大豆・チーズ・薄揚・小松菜等が献立に入っています。

ご入学・ご進級 おめでとうございます

丸岡中学校の給食は、丸岡インターの近くにあるランチサービスで調理した物をトラックで運んでいます。
安心で安全な給食を提供できるように職員一同頑張りますので、宜しくお願いします

