

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 火	マカロニサラダ 鶏肉の照焼	お祝いデザート 大根の味噌汁	赤	鶏肉・ツナ・薄揚・味噌・牛乳	黄	米・マカロニ・マヨネーズ(卵不使用)いちごゼリー	緑	胡瓜・コーン・人参・キャベツ・大根しめじ・葱・もやし・玉葱・小松菜	861	31.6	32.1	110.1	311	2.7	3.6	2.7	20 木	春雨 中華サラダ 蒸焼売 2個	フルーツ杏仁プリン キムチスープ	赤	(焼売)・豚肉・(錦糸卵)・ワカメ 種んア・豆腐・牛乳	黄	米・ドレッシング・キムチの素 菜種油	緑	胡瓜・キャベツ・白菜・人参・えのき もやし・葱	832	26.4	29.3	117.5	434	5.4	3.5	2.5
12 水	法蓮草のバターソテー 煮込ハンバーグ	コンソメスープ	赤	(ハンバーグ)・ベーコン・鶏肉牛乳	黄	米・バター・ケチャップ・ウスターソース 三温糖・コンソメ	緑	法蓮草・しめじ・人参・コーン・玉葱 キャベツ・小松菜・葱	805	28.1	26.8	115.9	547	13	5.4	3.4	21 金	セルフホットドッグ キャベツカレーソテー ウインナー	焼プリンタルト 洋風コロコロ煮	赤	ウインナー・鶏肉・牛乳	黄	パン・じゃが芋・カレー粉・コンソメ 菜種油・焼プリンタルト	緑	キャベツ・玉葱・人参・ピーマン 大根・小松菜	855	29.8	36.3	105.4	387	2.4	8	4.3
13 木	小松菜のそぼろ炒め はまちフライ	けんちん汁	赤	(ハマチフライ)・豚肉・鶏肉・豆腐 牛乳	黄	米・菜種油	緑	小松菜・人参・大根・牛蒡・葱 生姜・ニンニク・しらたき	804	33.8	28.4	103.8	353	3	4	2.6	24 月	中華和 鶏肉の唐揚 2個	豆腐と青梗菜のスープ	赤	鶏肉・豆腐・ベーコン・牛乳	黄	米・ごま油・中華だし・天ぷら粉 菜種油	緑	もやし・人参・胡瓜・キャベツ 青梗菜・玉葱・椎茸・生姜・ニンニク	825	32.5	31.6	102.9	358	2.2	4.2	1.6
14 金	ビーフカレー 麦ご飯 福神漬	みかんゼリー 法蓮草サラダ	赤	牛肉・ツナ・牛乳	黄	米・麦・じゃが芋・ドレッシング カレールー・みかんゼリー	緑	小松菜・コーン・切干大根・キャベツ 玉葱・人参	934	23	30.4	134.7	346	4.2	4.7	2.9	25 火	連根サラダ 鯖の西京焼	和風ミナストロネ	赤	鯖・ハム・鶏肉・西京味噌 牛乳	黄	米・薩摩芋・ドレッシング	緑	連根・人参・胡瓜・コーン・キャベツ 玉葱・大根・しめじ	819	32	27.3	112	304	2	3.8	1.4
17 月	チーズ入大豆サラダ ポテトカップグラタン	ポタージュスープ	赤	大豆・チーズ・ベーコン・ツナ (ポテトカップグラタン)・牛乳	黄	米・マヨネーズ(卵不使用) (ポタージュスープ粉)	緑	人参・胡瓜・コーン・キャベツ 玉葱	782	22.8	29.5	112	42	1.5	3.8	2.4	26 水	ポテトサラダ にらまんじゅう	1食うどん うどん汁	赤	(にらまんじゅう)・ツナ・薄揚・牛乳	黄	うどん・じゃが芋・菜種油 マヨネーズ(卵不使用)	緑	キャベツ・人参・胡瓜・コーン・玉葱 えのき・葱・小松菜	799	22.4	38.5	97.2	327	1.8	5.4	4
18 火	小松菜とひじきの煮浸し トンカツ	おでん	赤	(トンカツ)・薄揚・ひじき・ちくわ (肉団子)・昆布・牛乳	黄	米・菜種油・三温糖	緑	小松菜・人参・大根・蒟蒻	818	27.2	24.9	122.6	442	9.1	4	2.6	27 木	アスパラソテー オムレツ	ポークビーンズ	赤	(オムレツ)・ベーコン・豚肉・大豆 5種豆・牛乳	黄	米・じゃが芋・ケチャップ・菜種油 トマトケチャップ・コンソメ	緑	アスパラ・キャベツ・人参・玉葱	789	29.7	25.6	113.5	307	2.6	5.5	2.3
19 水	2色なます アジフライ	うち豆の味噌汁	赤	(アジフライ)・薄揚・うち豆・味噌 牛乳	黄	米・じゃが芋・菜種油・三温糖	緑	大根・人参・しめじ・白菜・葱 法蓮草	787	31.7	24.5	113.2	371	3.2	5	3.5	28 金	五目煮豆 牛肉ロック	小松菜の味噌汁	赤	(牛肉ロック)・大豆・ひじき 薄揚・味噌・牛乳	黄	米・菜種油・ふりかけ	緑	牛蒡・人参・小松菜・大根・玉葱 しめじ・蒟蒻	804	27.3	23.3	124.7	615	6	9.2	2.3
エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 カルシウム 鉄 食物繊維 食塩 k c a l (g) (%) (g) (mg) (mg) (g) (g)									エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 カルシウム 鉄 食物繊維 食塩 k c a l (g) (%) (g) (mg) (mg) (g) (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。

●今月は18日が、アイアンの日で鉄分たっぷりメニューです。

鉄分を多く含む小松菜・ひじき・薄揚・肉団子が献立に入っています。

●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、うち豆の味噌汁、福井県産のアジフライ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・ひじき・薄揚・味噌・ふりかけ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

学校給食は子供たちの健やかな成長のため、栄養バランスの取れた給食を提供しています。

また郷土料理や行事食、地場産物などを活用して地域の食文化や伝統を伝えていきたいとも考えています。

丸岡中学校には、丸岡インターの近くにあるランチサービスで調理した給食を

トラックで運んでいます。

衛生管理も徹底して行い、安全・安心な給食の提供に努めてまいります。1年間宜しく願います。

