



4月 こんだてひょう



令和5年度
御船町学校給食センター

●ごはん用おわん(パージュ) ○大きいおかず用おわん ◆平皿 ★小皿 ■カレー皿・・・工夫して盛り付けよう!

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	ざいりょう			エネルギーたんぱく質	
					ねつやちからになる(黄)	ちやにくやほねになる(赤)	からだのちようしをととのえる(緑)		
12	すい	カレーライス (■麦ごはん)		■ビーフカレー ◆コーンサラダ	こめむぎじゃがいもあぶらさとう	ぎゅうにゅうぎゅうにくチキンハム	たまねぎにんじんえだまめにんにくりんごぎゅうりしょうがコーンキャベツ	673 21.7	
13	もく	ミルクパン		○スパゲティナポリタン ◆シーザーサラダ お祝いゼリー	ミルクパンスパゲティあぶらクルトンさとうゼリー ノイックマネズ	ぎゅうにゅうとりチースウインナー	たまねぎにんじんピーマンしめじレタスキゅうりにんにく	669 22.7	
14	きん	●麦ごはん		○春キャベツのみそ汁 ◆ハンバーグのきのこソース ◆添え野菜	こめむぎパンさとうバター	ぎゅうにゅうわかめあぶらあげとうふみそぎゅうにくぶたにくだし(いりこ)	キャベツにんじんねぎしめじたまねぎえのきたけえだまめブロッコリートマト	646 25.9	
17	げつ			22日(土)分の振替休業日(ふりかえきゅうぎょうび)					
18	か	●麦ごはん		○肉と野菜の旨煮 ◆ひじきのマヨサラダ ●手作りの佃煮	こめむぎじゃがいもさとうこんにやくあぶらごま ノイックマネズ	ぎゅうにゅうとりてんぷらひじきちくわいりこだし(かつおぶし・こんぶ)	にんじんれんこんたけのこたまねぎきぬさやキャベツきゅうり	605 22.9	
19	すい	●たけのこごはん		○うすらの卵のすまし汁 ◆鯛のフライ ◆春野菜のごまあえ	こめむぎこんにやくさとうあぶらごま	あぶらあげぎゅうにゅうとうふうすらたまごわかめたいフライだし(かつおぶし・こんぶ)	たけのこにんじんしいたけねぎグリーンピースたまねぎキャベツえのきたけスナップえんどうもやし	633 26.5	
20	もく	食パン		○肉団子のクリーム煮 ◆ポテリヨネーズ ★手作りのいちごジャム	しょくパンバター じゃがいもさとうあぶら	ぎゅうにゅうチーススキムミルクウインナーミートボール白いんげん豆	はくさいしめじにんじんたまねぎブロッコリーコーンパセリいちごりんごレモン	697 27.7	
21	きん	●麦ごはん		○さつま汁 ◆干草焼 ◆御船川とささみのごまサラダ	こめむぎさつまいもごまこんにやくさとう	ぎゅうにゅうとりとうふみそだし(いりこ)ちくさやき	にんじんだいこんごぼうねぎみふねがわキャベツ	652 23.7	
24	げつ	●わかめごはん		○貝うどん ◆大根サラダ	こめむぎうどんアーモンド ノイックマネズ さとう	わかめぎゅうにゅうとりちくわあぶらあげチキンハムだし(いりこ)	にんじんしいたけごぼうねぎたまねぎだいこんブロッコリー	621 22.9	
25	か	コッペパン		○オニオンスープ ◆カレーミートビーンズ ●フルーツヨーグルト	コッペパン さとう	ぎゅうにゅうベーコンだいつぶたにくチースヨーグルト	たまねぎにんじんパセリバナナマッシュルームコーンえだまめにんにくももパインみかん	631 25.6	
26	すい	●麦ごはん		○けんちん汁 ◆さばのごまだれ焼き ◆ひじきあえ	こめむぎこんにやくあぶらごまさとう	ぎゅうにゅうとりとうふだし(いりこ)さばしそひじき	にんじんごぼうだいこんねぎしいたけキャベツもやしきゅうり	645 28.3	
27	もく	セルフ卵サンド(食パン)		○鶏肉のトマト煮 ◆エッグサラダ ◆りんご	しょくパンじゃがいもさとう ノイックマネズ	ぎゅうにゅうとりたまご	たまねぎにんじんしめじえのきたけトマトえだまめにんにくきゅうりキャベツりんご	609 24.2	
28	きん	●麦ごはん		○五目肉じゃが ◆ししゃもフライ ◆キャベツのゆかり和え	こめむぎじゃがいもさとうこんにやくあぶら	ぎゅうにゅうぶたにくあつあげうすらたまごししゃもフライ	たまねぎにんじんグリーンピースしいたけキャベツきゅうりしそ	636 24.4	

※献立・材料・実施の有無は都合により変更する場合があります

給食はじまるよ!

てあらい みじたく はいぜん あめがたけ

保護者の方へ 学校給食に関するお知らせ

毎月、献立表を配布します。……

ご家庭での食事作りの参考にするなど、活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。