













4月 こんだてひょう 相良村学校給食共同調理場

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	ざいりょう		
					ちやにくやほねになる	ねつやちからになる	からだのちょうしをととのえる
10	すい	ごはん		ポークカレー ツナサラダ ミニトマト	ぎゅうにゅう ぶたにく マグロ	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース にんにく キャベツ きゅうり トマト
11	もく	わかめごはん		にくじゃが アスパラガスのサラダ あおりんごゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ さつまあげ ハム	こめ じゃがいも しらたき さとう あぶら ゼリー	たまねぎ にんじん えだまめ キャベツ コーン アスパラガス
15	げつ	むぎごはん		マーボー豆腐 バンサンスー ぎょうざ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ ハム ぎょうざ みそ	こめ むぎ さとう はるさめ ごまあぶら	しいたけ たまねぎ にんじん にんにく きゅうり
16	か	ゆかりごはん		たけのこのみそしる キャベツのおかかあえ やきししゃも	ぎゅうにゅう とりにく とうふ かつおぶし	こめ さとう	たけのこ ほうれんそう にんじん しいたけ ねぎ キャベツ もやし
17	すい	ざっこくごはん		じゃがいものみそしる ごしきあえ さばのしおやき	ぎゅうにゅう あぶらあげ ハム たまご さば	こめ ざっこく じゃがいも さとう あぶら	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ ほうれんそう もやし
18	もく	ごはん ふりかけ		ポトフ ほうれんそうのおひたし とりにくのからあげ	ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし ちりめん	こめ じゃがいも でんぷん ごま こむぎこ あぶら さとう	キャベツ にんじん たまねぎ だいこん しょうが にんにく ほうれんそう もやし
19	きん	ミルクパン		スパゲティナポリタン かいそうサラダ だいずのりんかけ	スキムミルク ぎゅうにゅう ハム ちりめん とりにく ヨーグルト	パン さとう スパゲティ ごま	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム かいそう きゅうり にんにく
22	げつ	むぎごはん		おやこどん だいこんサラダ ちくわのいそべあげ	ぎゅうにゅう とりにく たまご かつおぶし マグロ ちくわ	こめ むぎ さとう でんぷん あぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ だいこん きゅうり あおのり
23	か	チャーハン		コンソメスープ ナムル タンドリーチキン	ベーコン ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト	こめ あぶら ごま さとう ごまあぶら	にんじん コーン えだまめ たまねぎ キャベツ えのきたけ もやし ほうれんそう にんにく
24	すい	ごはん		とんじる・なます さけのしおやき (小1年のみ) さんまのしおやき (小1年いがい)	ぎゅうにゅう ぶたにく さば とうふ さんま	こめ さとう ごま	だいこん にんじん もやし ごぼう ねぎ しいたけ こんにやく
25	もく	ごはん		ハヤシライス ひじきサラダ りんご	ぎゅうにゅう ぶたにく マグロ	こめ さとう あぶら	たまねぎ にんじん エリンギ グリーンピース ひじき キャベツ きゅうり りんご
26	きん	しよくパン いちごジャム 南小 中止		コーンポタージュ マカロニサラダ フルーツヨーグルト	スキムミルク ぎゅうにゅう ベーコン ヨーグルト ハム	パン マカロニ じゃがいも ゼリー ジャム	たまねぎ にんじん ホールコーン コーン キャベツ きゅうり もも みかん パイン

※都合により献立の一部変更することがあります。