



【お知らせ①】 食物アレルギー または 個別対応 が必要な食材や料理は、**赤色の文字**で 表示しています。

【お知らせ②】 4月から、献立表のデザインが変わりました。献立表で、食器を確認しながら 盛りつけをしてみましょう。

●茶わん

◎お皿

■カレー皿

※食器は3種類あります。



日にち	曜日	主食(ご飯またはパン)	牛乳	おかず	材料		
					熱や力のもとになる(黄)	血や肉、骨のもとになる(赤)	体の調子を整える(緑)
7	木	■キーマカレーライス	牛乳 ●グリーンエッグサラダ		こめ わぎ じゃがいも あぶら さとう <b>アーモンド</b>	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず <b>たまご</b>	にんじん たまねぎ トマト えだまめ にんにく しょうが りんご ブロッコリー きゅうり キャベツ
8	金	カットコッペパン	牛乳 ●ABCスープ ◎チリコンカン ●フルーツヨーグルト		パン じゃがいも マカロニ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく だいず ヨーグルト	たまねぎ にんじん こまつな ピーマン にんにく トマト <b>もも</b> パイン みかん バナナ
11	月	●麦ごはん	牛乳 ●豆腐のみそ汁 ◎さばのソース煮 ◎野菜の梅マヨ和え		こめ わぎ さとう ノンエッグマヨネーズ ごま	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ とうふ みそ だし(いりこ) さば かつおぶし	たまねぎ にんじん ねぎ しょうが きゅうり キャベツ うめ
12	火	●ピースそばごはん	牛乳 ●魚そうめん汁 ◎春巻き ●ピーマンの昆布和え		こめ わぎ さとう こむぎこ こめこ てんぷん はるさめ あぶら	ぎゅうにゅう とりにく とうふ うおそうめん わかめ だし(かつお・こんぶ) ぶたにく <b>こんぶ</b>	グリーンピース しょうが たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ しいたけ パプリカ キャベツ もやし
13	水	●麦ごはん	牛乳 ●親子煮 ◎切干大根のごまツナサラダ ●ししゃものカレーガーリック焼き		こめ わぎ じゃがいも てんぷん ごま さとう あぶら	ぎゅうにゅう とりにく <b>たまご</b> かまぼこ こうやとうふ ツナ <b>ししゃも</b>	しいたけ たまねぎ にんじん ねぎ きりぼしだいこん きゅうり にんにく
14	木	●麦ごはん	牛乳 ●ダブルマーボー ◎ささみと野菜のごま和え		こめ わぎ はるさめ てんぷん ごまあぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず みそ とりにく	しいたけ たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ しょうが にんにく きゅうり キャベツ
15	金	かみまじきのうまかまん ~すいか~ カットコッペパン	牛乳 ●大豆と鶏肉のトマト煮 ◎ツナサンドの具 ◎すいか		パン じゃがいも さとう ノンエッグマヨネーズ あぶら	ぎゅうにゅう だいず とりにく ツナ チーズ	たまねぎ しめじ にんじん えだまめ トマト にんにく キャベツ きゅうり すいか
18	月	●麦ごはん	牛乳 ●汁ビーフン ◎焼肉風炒め ●ミニトマト		こめ わぎ ビーフン さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ ぎゅうにく みそ	たまねぎ にんじん もやし チンゲンサイ ねぎ しょうが キャベツ ピーマン りんご <b>ミニトマト</b>
19	火	●麦ごはん	牛乳 ●ぶたじゃが ◎春雨のマヨネーズ和え <b>一食のり</b>		こめ わぎ こんにやく じゃがいも さとう はるさめ ごま ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ちぎりあげ <b>のり</b>	たまねぎ にんじん いんげん しいたけ きゅうり きくらげ
20	水	●麦ごはん	牛乳 ●キムチ豚汁 ◎シイラフライ ●小松菜彩りサラダ		こめ わぎ じゃがいも こんにやく こむぎこ あぶら <b>アーモンド</b> さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ とうふ みそ だし(いりこ) しいら <b>たまご</b>	はくさいキムチ にんじん だいこん ごぼう ねぎ しょうが こまつな もやし
21	木	■ヒビンパ (麦ごはん・お肉・ナムル)	牛乳 ●三色つみれスープ		こめ わぎ こんにやく さとう あぶら ごまあぶら ごま てんぷん	ぎゅうにゅう すりみ とうふ ぶたにく みそ ムース	にんじん たまねぎ えのきたけ かぼちゃ ほうれんそう ねぎ たけのこ しいたけ にんにく しょうが こまつな もやし
22	金	パンノパン	牛乳 ■ミートソーススパゲティ ●人参サラダ		パンノパン スパゲティ さとう あぶら <b>アーモンド</b>	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ツナ	たまねぎ にんじん しめじ なす パセリ にんにく トマト コーン にんじん きゅうり
25	月	■ハヤシライス	牛乳 ●ポテトサラダ		こめ わぎ あぶら じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく しろいんげんまめ ハム	たまねぎ にんじん えだまめ マッシュルーム にんにく トマト きゅうり
26	火	●わかめごはん	牛乳 ●トックのスープ ●ししゃもフライ ◎竹輪のマヨサラダ		こめ わぎ とつく こむぎこ あぶら ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう わかめ とりにく <b>たまご ししゃも</b> ちくわ	たまねぎ えのきたけ にんじん チンゲンサイ キャベツ きゅうり
27	水	ふるさとくまさんデー ~水俣・芦北地域~ ●麦ごはん	牛乳 ●おおさのみそ汁 ◎太刀魚フライ ◎甘夏サラダ		こめ わぎ こむぎこ パンこ あぶら さとう	ぎゅうにゅう <b>おおさ</b> とうふ だし(いりこ) みそ たちうお ハム	たまねぎ にんじん ねぎ あまなつみかん きゅうり キャベツ
28	木	●麦ごはん	牛乳 ●家常豆腐 ◎こんにやくサラダ		こめ わぎ さとう てんぷん こんにやく ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ みそ ツナ	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ にんにく しょうが ねぎ レタス きゅうり
29	金	ミルクパン	牛乳 ●野菜スープ ●ほうれんそうオムレツ ◎マカロニサラダ		パン じゃがいも マカロニ ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ウィンナー <b>たまご</b> ハム	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ こまつな ほうれんそう コーン きゅうり

★献立は都合により変更になる場合があります。

☆この献立表は、町内統一のものです。給食の実施については、各学校の行事をご確認ください。