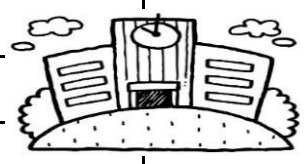
令和 ５ 年 ４月　学校給食献立表 （４月１０日～５月８日）

東脊振 中学校

吉野ヶ里町教育委員会

日	献立名（こんだてめい）	牛乳	赤の仲間（あかのなかま） 血や肉になる（ちやにくになる）	黄の仲間（きのなかま） 熱や力の元になる（ねつやちからのもとになる）	緑の仲間（みどりのなかま） 体の調子を整える（からだのちょうしをととのえる）	調味料（ちょうみりょう）	エネルギー kcal
10 月	かしわごはん	○	とり肉, 油あげ, 卵	米, さとう		しょうゆ, だし	791
	あげぎょうざの甘酢あんかけ		ぎょうざ	あぶら, さとう, かたくり粉		しょうゆ, す	
	豆腐のすまし汁		とうふ, かまぼこ, わかめ, 煮干し			しょうゆ, しお	
	白菜の昆布和え		こんぶ, 塩昆布		はくさい, にんじん, きゅうり	しお, だし	
11 火	ごはん	○		米			834
	鶏のマーマレード焼き		とり肉	マーマレードジャム		しょうゆ	
	南瓜のコンソメ煮		ウィンナー		かぼちゃ, たまねぎ, にんじん, れんこん, 枝豆	コンソメ, しお, しょうゆ	
	ほうれん草と卵のソテー		卵		ほうれんそう, にんじん, コーン	しお, ガラスープ	
	ヨーグルト		ヨーグルト				
12 水	**入学式**						
13 木	ごはん	○					789
	きゃべつメンチカツ		キャベツメンチカツ	あぶら			
	高野豆腐と炒り卵煮		こうや豆腐, 卵	こんにゃく, さとう	たまねぎ, にんじん, 枝豆	だし, しょうゆ	
	ひじきの白和え		白和えの素, ひじき, みそ	さとう	れんこん, ほうれんそう		
	ふりかけ					ふりかけ　おかか	
14 金	ごはん	○		米			852
	さばの照り焼き		さば			塩こうじ	
	酢鶏		有明とり肉	かたくり粉, あぶら, さとう	たけのこ, たまねぎ, にんじん, いんげん	ガラスープ, ケチャップ, しょうゆ, す	
	切干大根煮			こんにゃく, さとう, ごま	きりぼしだいこん, にんじん, れんこん, きくらげ	しょうゆ, だし	
17 月	ごはん	○		米			837
	ウィンナー		ウィンナー				
	カレー		合びき肉	じゃがいも	たまねぎ, にんじん, トマトピューレ	コンソメ, カレールウ	
	春きゃべつのツナサラダ		ツナ	マヨネーズ	キャベツ, きゅうり, コーン, にんじん		
18 火	ちらし寿司	○	卵	米	ちらしすしの素		742
	花型ハンバーグ		花型豆腐ハンバーグ				
	豆腐のすまし汁		とうふ, かまぼこ, わかめ, 煮干し		にんじん, えのきたけ	しょうゆ, しお	
	白菜と鶏ほぐし和え		とり肉	さとう	はくさい, きゅうり, 赤ピーマン	しょうゆ	
19 水	ごはん	○		米			873
	ジャージャー丼		合びき肉, みそ	さとう, かたくり粉	たけのこ, たまねぎ, にんじん	しょうゆ, さけ, ガラスープ	
	竹輪の磯辺揚げ		ちくわ, あおのり	てんぷら粉, あぶら			
	春雨サラダ		さかなハム	はるさめ, コールスロードレッシング	きゅうり, キャベツ		
	プリンタルト			プリンタルト			
20 木	ごはん	○		米			785
	あじのなんばん漬け		あじ	かたくり粉, あぶら, さとう	たまねぎ, ピーマン	しお, す	
	けんちん汁		とうふ, 煮干し	里芋	だいこん, にんじん, ごぼう, ねぎ	しょうゆ, しお	
	菜の花浸し		卵	さとう	菜の花, もやし, にんじん	しょうゆ	
21 金	食パン	○		食パン			859
	チキンナゲット		チキンナゲット	あぶら			
	ポークビーンズ		ぶた肉, だいず, レッドキドニービーンズ		たまねぎ, 野菜ミックス, にんじん, トマト, にんにく	ケチャップ, コンソメ	
	さつまいもサラダ		ハム	さつまいも, じゃがいも, マヨネーズ	ミックスベジタブル, きゅうり