

# 4月予定献立表 (中学校)

湯之谷給食センター

| 日にち  | 9  | 10  | 11   | 12  |
|--|--|---|--|---|
| あかいたべもの(からだをつくる)<br>さいころたべもの(エネルギーのもと)<br>みどりのたべもの(からだのちよよしをとのえる)                                    | 鶏肉, 牛乳, 豆腐, 油揚げ, チーズ<br>米, 油, 三温糖, 片栗粉, 里芋, つきこん, ごま油<br>人参, ごぼう, 玉葱, いんげん, 大根, ねぎ | 豚肉, 牛乳, ハム<br>ゼリー<br>春雨サラダ<br>カレーライス  | 牛乳, 豚, さつま揚げ, 豚肉, 油揚げ<br>米, つきこん, 三温糖, ごま, 油, じゃがいも<br>五目きんぴら<br>さばのしょうが焼き<br>ごはん<br>春キャベツの味噌汁 | 牛乳, 鶏肉, 絹ごし豆腐, わかめ<br>米, 三温糖, さつまいも, 油, ごま, ごま油, マロニー<br>切り干し大根のナムル<br>タッカルビ<br>ごはん<br>わかめと野菜の中華スープ |
| しょうごっつ エネルギー ちゅうごっつ エネルギー  | 小 589 中 700  | 小 638 中 829   | 小 590 中 700  | 小 601 中 717   |
| 15   | 16   | 17  | 18   | 19  |
| のりずあえ<br>鶏の唐揚げ<br>みそワタンスープ<br>ごはん  | もやししょうゆフレンチ<br>肉団子の甘酢あん<br>ごはん<br>春野菜のうま煮  | きゃべつサラダ<br>白身魚フライ<br>白身魚バーガー(ピタパン)<br>コーンポタージュ  | 五目大豆煮<br>かますの西京焼き<br>ごはん<br>青菜汁  | オレンジ<br>ジャガバタコンチーズ<br>うどん<br>きつね汁   |
| 牛乳, 鶏肉, ツナ, のり, 豚肉, みそ<br>米, ごま油, 三温糖, 片栗粉, 油, ワタンスープ, ごま油<br>ほうれん草, キャベツ, もやし, メンマ, 白菜, 人参, たらこ, ねぎ | 牛乳, ハム, 生揚げ, 豚肉<br>米, じゃがいも, 三温糖<br>もやし, 小松菜, 人参, キャベツ, 玉葱, たけのこ, 絹さや              | 牛乳, ハム, ベーコン<br>ピタパン, 油, じゃがいも, ノンエッグマヨ, 油<br>キャベツ, コーン, きゅうり, 人参, 玉葱, コーン, パセリ       | 牛乳, かます, みそ, 豚肉, 大豆, さつま揚げ, 昆布, 油揚げ<br>米, 三温糖, つきこん, じゃがいも<br>ごぼう, 人参, いんげん, 小松菜, 大根, ねぎ       | 油揚げ, 蒲鉾, 牛乳, ベーコン, チーズ<br>ゆでうどん, 油, じゃがいも, パター<br>人参, 白菜, ねぎ, えのきたけ, 椎茸, コーン, 玉葱, パセリ, きよみ          |
| 小 599 中 720  | 小 602 中 739  | 小 576 中 719   | 小 581 中 704  | 小 695 中 794   |
| 22   | 23   | 24  | 25   | 26  |
| 蒸し焼売<br>ごごみのごまマヨネーズ和え<br>ごはん<br>五目うま煮  | スパゲッティサラダ<br>白身魚のレモンソース掛け<br>ごはん<br>味噌こらたま汁  | ごまあえ<br>南瓜コロッケ<br>ごはん<br>豆腐のそぼろスープ  | ぜんまい煮<br>鶏肉のみそ漬焼き<br>ごはん<br>田舎汁  | 日向夏ゼリー<br>和風大豆サラダ<br>木の芽ご飯<br>鶏団子汁  |
| 牛乳, ツナ, 豚肉, さつま揚げ, 焼売<br>米, ノンエッグマヨ, 三温糖, すりごま, ごま油, 片栗粉   | 牛乳, メルルーサ, ツナ, 豆腐, たまご, みそ<br>米, 片栗粉, 大豆油, 三温糖, じゃがいも, オリーブ                        | 牛乳, 鶏肉, 豆腐<br>米, コロッケ, 油, すりごま, 三温糖, 片栗粉  | 牛乳, 鶏肉, みそ, 油揚げ, 蒲鉾, 豆腐, 油揚げ, みそ<br>米, 三温糖, つきこん, 炒め油, じゃがいも                                   | 油揚げ, 牛乳, ツナ, 大豆, 鰾肉, 鶏肉, 豆腐, みそ<br>米, ノンエッグマヨ, 片栗粉, ゼリー   |
| 小 607 中 743  | 小 611 中 731  | 小 602 中 736   | 小 576 中 686  | 小 617 中 730   |
| 29   | 30   | ♪ 4月使用の地場産物 ♪   |  |   |
| 昭和の日<br>           | 沢庵サラダ<br>ハムチーズフライ<br>ごはん<br>五目汁  | 魚沼市産<br>コシヒカリ、深雪豚、ぜんまい、木の芽、ごごみ、米粉、大豆、えのき<br>新潟県産<br>牛乳、干しいたけ、たくあん、旬の野菜類               | 子どもたちに魚沼の美味しいお米を食べさせてあげたいという思いから、魚沼市より魚沼市産コシヒカリを提供していただいています。一般米との差額は市より補助がされています。             |   |
| 牛乳, 鰾肉, 豆腐, みそ, 大豆<br>米, 油, ごま, じゃがいも, つきこん<br>たくあん, キャベツ, きゅうり, 人参, ごぼう, 大根, ねぎ                     | 小 615 中 765  |  |  |   |


## 給食エプロンについて

金曜日にお子さんが白衣を持ち帰ります。洗濯・アイロンがけをして月曜日に持たせてください。

また、もしご自宅に眠っている給食用白衣がありましたら、担任を通して学校へ届けてください。よろしくお願いたします。

## 湯之谷給食センターの紹介

今年度も子どもたちが元気に毎日を過ごしていけるように、おいしく栄養バランスのよい、安全・安心な給食作りに努めてまいります。

- ◇センター職員
- |       |                |
|-------|----------------|
| センター長 | 渡邊 進 (湯之谷小学校長) |
| 栄養士   | 小杉 奏子          |
| 主任調理師 | 井木 靖子          |
| 調理員   | 目黒由里子 目黒 明美    |
|       | 橘 光子 佐藤 菜峰     |
|       | 和田 麻衣 (未定)     |
-  わたしたちが作っています