

松茂町幼稚園, 小・中学校4月分予定献立表

日	曜日	献立名				材料名(食品名)			栄養価		
		主食	ミルク	てんかぶつ	おかず	あか	みどり	きいろ	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	
					血や肉, 骨になる	体の調子をととのえる	熱や力のもとになる	上段:小 下段:中	上段:小 下段:中		
9	火	ごはん	牛乳		肉じゃが キャベツのゴマネーズ	牛乳 豚肉 平天・ちくわ	こんにやく・たまねぎ にんじん・グリーンピース ほうれんそう・キャベツ	米・じゃがいも 砂糖・マヨネーズ(乳卵不使用) ごま	638 754	21.7 25.6	
10	水	ごはん	牛乳	お祝いいちごジュレ(小・中) マイティソース	ハンバーグ 五目中華スープ	牛乳 ハンバーグ とうふ・ベーコン・干しわかめ	たまねぎ にんじん コーン	米 ごま油 お祝いいちごジュレ(小・中)	685 800	22.6 26.7	
11	木	小型コッペパン	牛乳	マーガリン	焼きビーフン フルーツマスカットゼリー	牛乳 豚肉 いか	キャベツ・たまねぎ にんじん・ピーマン ミカン・パインアップル・もも	パン ビーフン ごま油・油・ゼリー	660 822	21.3 26.1	
12	金	ごはん	牛乳		鶏肉とこんにやくのみそ煮 ちくわのさっぱり和え	牛乳・鶏肉 厚揚げ・赤みそ ちくわ	こんにやく・にんじん ごぼう・さやいんげん キャベツ・もやし・きゅうり	米 じゃがいも 砂糖	650 770	25.3 30.3	
15	月	ごはん	牛乳		焼肉風野菜炒め 揚げぎょうざ	牛乳 豚肉 あげぎょうざ	キャベツ・たまねぎ もやし・にんじん さやいんげん	米 砂糖 油	647 780	23.3 28.1	
16	火	ごはん	牛乳		さわらのごまみそかけ けんちん汁	牛乳・さわら 赤みそ・とうふ 油あげ	だいこん・にんじん 干しいたけ・ごぼう ねぎ	米・砂糖 ごま・ごま油 さといも	635 743	27.1 31.5	
17	水	ごはん	牛乳	お祝いいちごジュレ(幼)	厚揚げとじゃがいものうま煮 すだち酢あえ	牛乳 厚揚げ 鶏ひき肉	こんにやく・たまねぎ にんじん・グリーンピース キャベツ・きゅうり・すだち	米 じゃがいも 砂糖・油・お祝いいちごジュレ(幼)	642 756	23.5 27.7	
18	木	小型黒糖パン	牛乳		ミートボール さつまいもの米粉シチュー	牛乳 ミートボール 鶏肉・白いんげん豆のピューレ	たまねぎ にんじん チンゲンサイ	パン・黒砂糖 さつまいも・バター こめこ・生クリーム	643 868	24.7 33.0	
19	金	ごはん	牛乳	味付けのり(ハモ風味)	鶏肉のねぎソースあえ 鳴門わかめのすまし汁	牛乳・鶏肉 とうふ・干しわかめ のり	ねぎ にんじん たまねぎ・えのきたけ	米・でん粉 砂糖・ごま油 ごま・油	646 762	25.8 30.8	
22	月	ごはん	牛乳		いわしのしょうが煮 大豆入りきんぴらごぼう	牛乳 いわしのしょうが煮・豚肉 だいず・平天	ごぼう・こんにやく にんじん・たけのこ ピーマン	米 砂糖 ごま・ごま油	680 805	26.5 31.5	
23	火	ごはん	牛乳		豆腐の中華風煮 コーンしゅうまい	牛乳 とうふ 豚肉・えび	たまねぎ にんじん たけのこ・チンゲンサイ	米・油 砂糖・でん粉 ごま油	674 824	22.5 26.3	
24	水	ごはん	牛乳		れんこんと大根のそぼろ炒め 肉だんごスープ	牛乳 豚ひき肉 肉だんご	れんこん・だいこん キャベツ・にんじん たまねぎ・干しいたけ	米 砂糖 でん粉	647 764	25.3 30.0	
25	木	小型コッペパン	牛乳	ブルーベリージャム	ウインナーのチリソース煮 ごぼうサラダ	牛乳 ウインナー ツナ	たまねぎ・にんじん たけのこ・コーン グリーンピース・ごぼう・キャベツ	パン・じゃがいも 油・ごまドレッシング ブルーベリージャム	630 791	22.4 27.6	
26	金	ごはん	牛乳	みかんゼリー	金曜日の金時カレー コーンサラダ	牛乳 チキンハム	キャベツ きゅうり コーン	米 金曜日の金時カレー コーンクリームドレッシング	668 823	18.4 23.3	
30	火	ごはん	牛乳		豚肉のみそ煮 大根サラダ	牛乳 豚肉 厚揚げ・赤みそ	こんにやく・にんじん たけのこ・さやいんげん だいこん・きゅうり・コーン	米 じゃがいも 砂糖・和風ドレッシング	653 773	23.5 28.1	
								小学校 中学校	中学校 基準	650 830	24.0 30.0

※材料その他の理由による変更をご了承ください。

給食の開始予定日について

9日(火)開始・・・幼稚園年長、松茂小学校

長原小学校、松茂中学校

10日(水)開始・・・喜来小学校

17日(水)開始・・・幼稚園年少

