

日	献立名	★	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネルギー (kcal) たん白質(g)	備考		
			アレルギー	体を作る食品(赤色)	体の調子を 整える食品(緑色)	エネルギーの もとになる食品(黄色)			調味料	
9月	ごはん					こめ	615	鯖の味噌煮には骨があります。骨に注意しながら食べてください。		
	牛乳		乳	牛乳						
	サバのみそに		さば	さば みそ	しょうが	さとう			みりん	
	かふうあえ		小麦	ほうれんそう にんじん もやし	マロニー ごま さとう ごま油	しょうゆ す 塩				
10火	けんちんじる		小麦 さば いわし	とり肉 とうふ	大根 ごぼう しいたけ 白ねぎ	でん粉 ごま油	かつおの素 しょうゆ 塩	21.4		
	ごはん					こめ	705			今日のカレーは豚肉を使った「ポークカレー」です。豚肉には疲労を回復するビタミンBがたくさん入っています。
	牛乳		乳	牛乳						
	ポークカレー		小麦 乳 豚 りんご	ぶた肉 チーズ	にんじん 玉ねぎ セロリ にんにく しょうが	じゃがいも 油				
フィッシュナゲット		小麦 豚 いわし	たちうお あじ いわし ぶり肉 ぶた肉 大豆粉	玉ねぎ しょうが	でん粉 さとう ラード 油 小麦粉 コーンフラワー	調味料 塩 こんぶエキス 魚介エキス				
11水	キャベツサラダ		小麦		きゃべつ こまつな とうもろこし	ごま さとう 油	しょうゆ す	22.6		
	うさぎがたパン		小麦 乳			パン	608			今日のパンはうさぎの形をした、かわいらしいパンになっています。
	牛乳		乳	牛乳						
	チキンのチーズやき		小麦 乳	とり肉 チーズ	パセリ あかピーマン	パン粉 さとう 植物油脂				
やさしいソテー		乳 豚		きゃべつ にんじん もやし	バター 油	塩 こしょう コンソメスープ				
12木	コーンスープ		乳 卵 豚	ベーコン 卵	玉ねぎ にんじん とうもろこし パセリ	でん粉	塩 こしょう コンソメスープ	27.4		
	ごはん					こめ	645			「いちご」は静岡県産のものを使っています。
	牛乳		乳	牛乳						
	ぎょうざ		小麦 乳 卵 豚 貝類	とり肉 ぶた肉 卵白粉 大豆粉	きゃべつ 玉ねぎ たら にんじん たけのこ	小麦粉 豚脂 はるさめ 油 でん粉 ごま油 さとう				
もやしのちゅうかいため		小麦 貝類	さつまあげ	もやし たら	ごま ごま油	塩 オイスターソース こしょう しょうゆ				
13金	ちゅうかスープ		小麦 卵 豚	ぶた肉 うずら卵 わかめ	にんじん きゃべつ メンマ とうもろこし 白ねぎ	でん粉	チキンブイヨン 酒 塩 こしょう ちゅうかスープの素	23.1		
	いちご				いちご		741			「いちご」は静岡県産のものを使っています。
	ソフトめん		小麦			ソフトめん				
	牛乳		乳	牛乳						
ミートソース		小麦 乳 豚 貝類	ぶた肉 みそ	玉ねぎ にんじん にんにく	油	トマトビュレー トマトケチャップ スーフストック クッキングソース デミグラスソース ベンヤルソース ちゅうのうソース みりん こしょう 塩				
16月	かぼちゃコロッケ		小麦 乳		かぼちゃ 玉ねぎ	パン粉 小麦粉 植物油脂 さとう マーガリン 油	しょうゆ 塩 オイスターソース 香辛料	26.0	リクエスト献立です。	
	かいそうサラダ (あおじドレッシング)		ドレ(小麦)	かいそう	きゃべつ きゅうり	ごま	ドレッシング			
	ごはん					こめ	666			リクエスト献立です。
	牛乳		乳	牛乳						
ツナオムレツ		小麦 卵 りんご	卵 まぐろ	玉ねぎ	さとう マヨネーズ 油	りんご酢 塩 香辛料				
やさしいピーナッツあえ		小麦 落花生		ほうれんそう にんじん きゃべつ	ピーナッツ さとう	しょうゆ				
17火	やいづおでん(おでんこ)		小麦 卵 さば いわし (さば いわし)	ちくわ さつまあげ こんぶ くらはんぺん (あおのり) (さば・いわしけずり粉)	大根 こんにゃく	じゃがいも	みりん 酒 塩 かつおの素 しょうゆ	29.6		
	ごはん(ふりかけ)			(かつおけずりぶし のり)		こめ (さとう)	(塩 調味料)			
	牛乳		乳	牛乳						
	くろはんぺんフライ		小麦 卵 さば いわし	くろはんぺん 卵		小麦粉 でん粉 パン粉 油				
18水	たけのこあらめのもの		小麦 乳 いわし	あらめ とり肉	にんじん たけのこ きぬさや	さとう 油	しょうゆ 酒 和風だしの素	24.8	地産物使用献立。季節の献立です。地元の産物「黒はんぺん」旬の野菜「たけのこ」を使用しています。	
	とんじる		さば いわし 豚	ぶた肉 とうふ 油あげ わかめ みそ	こんにゃく ごぼう にんじん 白ねぎ		にぼし さばうすけずり			
	ミルクパン		小麦 乳			ミルクパン	659			
	牛乳		乳	牛乳						
わかどりレバーのケチャップあえ			とり肉 とりレバー		でん粉 油 さとう	あかワイン ちゅうのうソース トマトケチャップ				
はるさめサラダ (ナムルドレッシング)		ドレ(小麦 豚)		きゃべつ きゅうり にんじん	はるさめ ドレッシング	塩 こしょう				
19木	ベーコンとチンゲンさいのスープ		小麦 豚	ベーコン ぶた肉	玉ねぎ にんじん とうもろこし チンゲンさい	でん粉	塩 しょうゆ チキンブイヨン ちゅうかスープの素 こしょう	26.7		
	ごはん					こめ	607			ごはんの上に焼肉をのせて、焼肉丼にして食べるとおいしいですよ。
	牛乳		乳	牛乳						
	やきにく		小麦 豚 貝類 りんご	ぶた肉 なた	しょうが にんにく 玉ねぎ たら	ごま油 さとう				
20金	ナムル		小麦		ほうれんそう にんじん もやし	ごま ごま油 さとう		しょうゆ 塩 す 一味とうがらし	23.6	
	わかめスープ		小麦 乳 卵 豚	とうふ 卵 わかめ	たけのこ にんじん はねぎ	でん粉	塩 しょうゆ コンソメスープ チキンブイヨン			
	ごはん					こめ	646			
	牛乳		乳	牛乳						
えびしゅうまい		小麦 えび 豚 いわし 貝類	たら えび 大豆粉	玉ねぎ	豚脂 でん粉 さとう 小麦粉	チキンブイヨン 塩 魚介エキス ほたて貝エキス 香辛料				
きゅうりのごまじょうゆ		小麦		きゅうり	ごま さとう ごま油	しょうゆ す				
20金	マーボーはるさめ		小麦 豚 貝類	ぶた肉	玉ねぎ にんじん きゃべつ はねぎ チンゲンさい しいたけ しょうが	はるさめ ごま油 油 さとう でん粉	しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープの素 塩 トウバンジャン	21.8		

○下記の食品を『アレルギー物質』欄に記載します。

(乳・小麦・そば・卵・落花生・えび・かに・ゼラチン・さば・いわし・さんま・豚・りんご・キウイ・桃・バナナ・梨・すいか・びわ・さくらんぼ・柿・貝類・アーモンド・ナッツ類・いくら・やまいも)

○物資の購入の都合により献立や使用材料を変更することがあります。 ★『🐟』のマークは、天然だし(鰹節・さば・煮干し)を使ったメニューです。

★『🐟』のマークは、魚介類を使ったメニューです。

★『🍷』のマークは、どんぶりが付くメニューです。

日	献立名	★	アレルギー	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネルギー (kcal) たん白質(g)	備考	
				体を作る食品(赤色)	体の調子を 整える食品(緑色)	エネルギーの もとになる食品(黄色)	調味料			
23月	ねこがたパン 牛乳		小麦 乳	牛乳		パン		628	旬の野菜「春きやべつ」を使った献立です。	
	さけのムニエル	🐟	小麦	さけ		小麦粉 油	塩 こしょう			
	ひじきサラダ (ごまドレッシング)		小麦 ドレ(小麦 卵)	ひじき	たけのこ にんじん えだまめ	ごま さとう	みりん しょうゆ			29.5
	はるきやべつのクリームに		小麦 乳 豚 貝類	とり肉 ベーコン 牛乳	にんじん はるきやべつ 玉ねぎ	油	ベシヤメルソース 塩 こしょう スープストック			
24火	はんかんさくらごはん 牛乳	🍷	小麦	牛乳		こめ	しょうゆ 酒	733	日本の味めぐり「愛媛県」にちなんだ献立です。	
	たこめしのぐ	🐟	小麦 いわし	たこ 油あげ ちりめんじゃこ	えだまめ	さとう	しょうゆ 酒 みりん			
	じゃこてん	🐟	小麦 卵 豚 ゼラチン いわし	たら ほきぐち あじ 卵白 たちうお ほたるじゃこ		豚脂 油 小麦粉 でん粉	塩 魚肉エキス			29.2
	いもたき	🍷	小麦 いわし	とり肉	にんじん ごぼう こんにゃく しいたけ さやいんげん	さとも 白玉だんご さとう	酒 しょうゆ 塩 みりん にぼし			
25水	せきはん(ごましお) 牛乳		乳	小豆 牛乳		こめ (ごま)	(塩)	776	入学・進級お祝い献立です。	
	わかどりのからあげ ごぼうサラダ(ごまドレッシング)		小麦 乳 卵 小麦ドレ(小麦 卵)	とり肉 卵		油 でん粉 小麦粉 さとう	塩 酒 香辛料 しょうゆ			
	かきたまじる	🐟	小麦 卵 さば いわし	卵 かまぼこ	にんじん 玉ねぎ はねぎ	でん粉	かつおの素 しょうゆ 塩			24.6
	おいおいデザート				ストロベリーかじゅう クランベリーかじゅう	果糖 グラニュー糖	酸味料 香料			
26木	ごはん 牛乳		乳	牛乳		こめ		615	旬の野菜「新玉ねぎ」を使用した献立です。	
	あつやきたまご		小麦 卵 ゼラチン	卵		植物油脂 さとう でん粉 ゼラチン	塩 かつおぶしエキス しょうゆ			
	くきわかめいりきんぴらごぼう	🐟	小麦 乳 卵 豚 いわし	ぶた肉 油あげ くきわかめ ちくわ	しょうが ごぼう にんじん さやいんげん	さとう 油	酒 みりん しょうゆ 和風だしの素			22.3
	しんたまねぎのみそじる	🍷	さば いわし	とうふ みそ	えのきたけ 玉ねぎ		にぼし さぼうすけずり			
27金	バーガーパン(スライスチーズ) 牛乳		小麦 乳(乳) 牛乳	(チーズ) 牛乳		バーガーパン		727	バーガーパンにハンバーグとチーズをはさんで食べてください。	
	ハンバーグ		小麦 豚	ぶた肉 とり肉	玉ねぎ	パン粉 さとう でん粉 油	しょうゆ チキンブイヨン 塩 トマトケチャップ あかワイン デミグラスソース ちゅうのうソース			
	マカロニサラダ (マヨネーズ)		小麦 マヨ(卵 りんご)		きやべつ きゅうり にんじん	マカロニ マヨネーズ	塩 こしょう			
	フルーツポンチ		りんご もも		パイナップル缶 りんご缶 みかん缶 おうとう缶 レモンかじゅう	ゼリー さとう	しるワイン			



新しい学年での生活がスタートしました!

ご入学、ご進級おめでとうございます。

春のうららかな陽気に包まれ、新年度が始まりました。

新しい教室に、先生や友達と、環境が変わり、気持ちも心機一転!! 皆さん、やる気に満ちあふれているのではないのでしょうか。

給食センターでは、おいしく楽しい給食をお届けできるよう、職員一同、愛情を込めて給食作りに取り組めます! 1年間、よろしく願います。

毎月、「献立表」、「給食のおたより」を通して、食に関する情報や、給食・食育についてお知らせしていきます。ご家庭での食育にも役立てていただければ幸いです。ぜひ、お子さんと一緒にご覧ください。



～日本の味を訪ねて～

4月は「愛媛県」にちなんだ献立です。

「飯缶桜ごはん たこめしの具 じゃこ天 いもたき」

「いもたき」とは、愛媛県大洲市の郷土料理です。地元農民の行事食で、市の中心部を流れる肱川(ひじかわ)の河原へ、その年に収穫した里芋を持ち寄り、こんにゃく、しいたけ、油揚げ、鶏肉と一緒に鍋で煮込み、秋の名月をめながら食べたそうです。

「じゃこ天」とは愛媛県南予地方に江戸時代より伝わる郷土料理です。小魚を骨ごとすりつぶして油で揚げた料理です。

このように、毎月、日本の各都道府県にちなんだ献立を出していきます。毎月楽しみにしててくださいね。