

令和5年度



予定献立表

鳥羽市学校給食単独校

日	曜	献立名	赤の食品 (1・2群) おもに体をつくる	緑の食品 (3・4群) おもに体の調子を整える	黄の食品 (5・6群) おもにエネルギーになる	調味料・その他
1	金	ちらしずし ぎゅうにゅう	とりにく あぶらあげ たまご	にんじん れんこん しいたけ しょうが	むぎごはん さとう あぶら	す しお しょうゆ さけ みりん
		すましじる	とうふ	たまねぎ えのきたけ ねぎ		しょうゆ しお けずりびし
4	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		とりにくのからあげ	とりにく	しょうが	かたくりこ あぶら	しお こしょう さけ しょうゆ
		はくさいのみそしる	わかめ みそ	はくさい えのきたけ ねぎ		けずりびし
5	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		チキンカレー	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	じゃがいも あぶら	カレールウ ウスターソース しお こしょう ケチャップ
6	水	あげパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう きなこ		パン さとう あぶら	しお
		ポトフ	ウインナー	たまねぎ にんじん キャベツ	じゃがいも	コンソメ こしょう スープストック しお
7	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		さばのしおやき	さば			しお
8	金	きりぼしだいこんのもの	とりにく あつあげ	きりぼしだいこん にんじん こんにゃく しいたけ	さとう ごま	しょうゆ みりん けずりびし
		キムチチャーハン	ぶたにく	たまねぎ にんじん ねぎ はくさいキムチ	むぎごはん あぶら	さけ しょうゆ しお とりがらだし
		リクエストぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう (コーヒー・フ ルーツ・白のどれか)			
11	月	かみかみサラダ (神島中 お祝いデザート)	さきいか やきぶた	ごぼう キャベツ きゅうり にんじん	マヨネーズ (おいわいデザート)	しょうゆ
		むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
12	火	ぶたにくのしょうがいため	ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ しょうが	あぶら さとう	さけ しょうゆ しお みりん こしょう
		はるさめスープ	ベーコン	にんじん たまねぎ こまつな しめじ	はるさめ	しょうゆ こしょう ちゅうかだし しお
		むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
13	水	さわらフライ	さわら たまご		パンこ あぶら こむぎこ	しお こしょう ウスターソース
		たまごスープ	たまご	たまねぎ にんじん しめじ ねぎ	かたくりこ	スープストック しお ちゅうかだし しょうゆ こしょう
14	木	バターロール ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン	
		カレーうどん	ぶたにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん ねぎ	うどん さとう かたくりこ	しょうゆ カレールウ けずりびし
		コールスローサラダ	ツナ	キャベツ コーン にんじん	さとう マヨネーズ	す しお
15	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		あつあげのそぼろに	あつあげ とりにく	だいこん にんじん しいたけ こんにゃく	さとう	しょうゆ みりん けずりびし
18	月	もやしちゅうかさサラダ	ちくわ	もやし きゅうり にんじん コーン	さとう ごまあぶら ごま	しょうゆ
		むぎごはん アシドミルク	アシドミルク		むぎごはん	
		とりポテトあげ	とりにく	レモンじる	じゃがいも あぶら さとう かたくりこ	さけ しお こしょう しょうゆ みりん
19	火	けんちんじる (神島小 お祝いデザート)	とうふ	こんにゃく にんじん だいこん ねぎ ごぼう	(おいわいデザート)	しょうゆ さけ けずりびし
		むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
21	木	コーンピラフ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ハム	にんじん たまねぎ コーン	むぎごはん バター あぶら	コンソメ こしょう しお
		クリームスープ (菅島小 お祝いデザート)	ハム ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん こまつな コーン		コンソメ しお こしょう
		ひじきそぼろ	とりにく ひじき たまご	しょうが にんじん ねぎ	さとう あぶら	さけ しょうゆ しお
22	金	すましじる	とうふ わかめ	えのきたけ ねぎ		しょうゆ しお けずりびし
		むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
22	金	アカモクのかきあげ	たまご アカモク	にんじん たまねぎ	こむぎこ かたくりこ あぶら	しお
		ぶたじる	ぶたにく あぶらあげ みそ	キャベツ にんじん ねぎ こんにゃく		けずりびし
		むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
22	金	こうやとうふのたまごとじ	こうやとうふ たまご	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ	さとう	しょうゆ しお けずりびし
		ごますあえ	ハム	キャベツ にんじん きゅうり	さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ す

都合により献立を変更させていただくことがありますので、ご了承ください。