

令和6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
9	木	ゆかりごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	ゆかりこ
		やきにくふういため	ぶたにく	しょうが にんにく エリンギ ピーマン たまねぎ にんじん こんにゃく	あぶら さとう ごま かたくりこ ごまあぶら	こしょう しょうゆ ちゅうかだし さけ トウバンジャン
		ななくさスープ	ベーコン	だいこん かぶ こまつな しめじ		コンソメ こしょう スープストック しお
10	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		まつかぜやき こうはくなます	とりにく たまご みそ あぶらあげ	ねぎ たまねぎ だいこん にんじん	パンこ あぶら さとう ごま	しお す しょうゆ
		しらたまそうに	かまぼこ	にんじん はくさい こまつな	しらたまこ	しょうゆ さけ しお けずりぶし
14	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		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
		フルーツのヨーグルトあえ	ヨーグルト	もも パイン バナナ りんご		
15	水	あげパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう きなこ		コッペパン さとう あぶら	しお
		クリームシチュー	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ	じゃがいも あぶら バター こむぎこ	コンソメ こしょう しお
		だいこんサラダ		だいこん きゅうり コーン にんじん	あぶら さとう ごまあぶら	す しょうゆ しお
16	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		マーボー豆腐	とうふ ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん ねぎ しょうが にんにく	さとう かたくりこ あぶら ごまあぶら	ちゅうかだし トウバンジャン さけ しょうゆ
		パンサンスー	たまご	きゅうり キャベツ にんじん	はるさめ さとう ごまあぶら ごま	す しょうゆ しお
17	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		わらさとだいずのごまがらめ	わらさ だいず	しょうが	かたくりこ さとう ごま あぶら	しょうゆ みりん さけ
		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		けずりぶし
20	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		こうやどうふのたまごとし	こうやどうふ たまご	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ	さとう	しょうゆ しお けずりぶし
		おかかあえ	けずりぶし	えのきたけ ほうれんそう キャベツ にんじん	さとう	しょうゆ
21	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		はっぼうさい	ぶたにく いか	たまねぎ にんじん はくさい しいたけ にんにく しょうが	あぶら ごまあぶら かたくりこ	ちゅうかだし さけ しお こしょう しょうゆ
		だいこんもち	ベーコン	だいこん だいこんば	かたくりこ さとう あぶら	とりがらだし みりん しょうゆ
22	水	こくとうパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こくとうパン	
		ミートグラタン	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん トマトピューレ	じゃがいも マカロニ あぶら	しお こしょう ケチャップ コンソメ 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 こしょう しょうゆ
23	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		さわらのカラフルやき	さわら	コーン にんじん ねぎ	マヨネーズ	しお こしょう さけ
		ぶたじる	ぶたにく みそ とうふ	だいこん にんじん もやし ねぎ		けずりぶし
24	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		てづくりあらめはるまき ナムル	ぶたにく あらめ わかめ	しいたけ にんじん もやし きゅうり	ごまあぶら さとう あぶら はるまきのかわ	さけ しょうゆ しお
		ちゅうかスープ		はくさい にんじん たまねぎ しょうが コーン	ごまあぶら かたくりこ	とりがらだし さけ しょうゆ こしょう しお
27	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		とりそぼろ	とりにく だいず たまご	しょうが たまねぎ にんじん	あぶら さとう かたくりこ	さけ しょうゆ みりん しお
		にゅうめん	ぶたにく あぶらあげ	えのきたけ にんじん ねぎ	そうめん	けずりぶし しょうゆ
28	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		さばのホイルやき	さば みそ	たまねぎ コーン	バター さとう	しょうゆ さけ しお
		とりだんごじる	とりにく たまご	しょうが しろねぎ にんじん はくさい こまつな	かたくりこ	しょうゆ こしょう けずりぶし しお
29	水	コッペパン 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)		コッペパン	
		ツナじゃがやき	ツナ チーズ	たまねぎ にんじん コーン	じゃがいも マヨネーズ	しお こしょう
		ふゆやさいのポトフ	とりにく	はくさい かぶ ブロッコリー たまねぎ にんじん		スープストック しお コンソメ こしょう
30	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		かんとくに	あつあげ ちくわ	だいこん にんじん こんにゃく	さとう	みりん しょうゆ けずりぶし さけ
		わかめサラダ	わかめ ハム	キャベツ きゅうり もやし	さとう ごまあぶら	す しょうゆ しお
31	金	ガパオライス ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	にんじん たまねぎ ピーマン エリンギ にんにく しょうが	こめ むぎ さとう ごまあぶら	オイスターソース しょうゆ こしょう とりがらだし トウバンジャン
		たまごいりコーンスープ	たまご	コーン たまねぎ こまつな	あぶら	しょうゆ こしょう ちゅうかだし しお

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。