



4月こんだて予定表



※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。 鳥羽市学校給食 答志共同調理場

日曜日	日曜日	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
10	木	むぎごはん ぎゅうにゅう とりにくのからあげ わかめのみそしる	小1 給食なし ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ わかめ みそ	ぎゅうにゅう にんにく しょうが たまねぎ にんじん もやし ねぎ	こめ むぎ こめこ あぶら	しょうゆ さけ にぼし
11	金	むぎごはん ぎゅうにゅう ポークカレー フルーツのヨーグルトあえ	にゅうがく しんきゅう おいawaii 給食 ぎゅうにゅう ぶたにく ヨーグルト	ぎゅうにゅう にんじん たまねぎ りんごピューレ パイン もも	こめ むぎ カレールウ あぶら じゃがいも さとう	カレーこ ワイン ソース コンソメ
14	月	ゆかりごはん ぎゅうにゅう なのはなむし ぐだくさんじる	ぎゅうにゅう とりにく たまご あぶらあげ	あかじそ たまねぎ コーン にんじん ごぼう こんにやく しめじ たまねぎ ねぎ	こめ むぎ パンこ かたくりこ	しお こしょう しょうゆ さけ ケチャップ しお しょうゆ みりん
15	火	むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのプルコギいため はるさめスープ	中3 給食なし ぎゅうにゅう ぶたにく みそ たまご わかめ	ぎゅうにゅう にんにく にんじん たまねぎ もやし たまねぎ にんじん キャベツ	こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら	しょうゆ さけ トウバンジャン とりがらスープのもと しお しょうゆ こしょう
16	水	コッペパン ぎゅうにゅう マカロニのクリームに ハムとキャベツのサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ぎゅうにゅう こなチーズ ハム	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ きゅうり	コッペパン マカロニ バター こむぎこ あぶら マヨネーズ	コンソメ しお こしょう こしょう
17	木	むぎごはん ぎゅうにゅう かつおとだいずのケチャップあえ どさんこじる	ぎゅうにゅう かつお だいず ぶたにく みそ	しょうが にんじん もやし コーン ねぎ	こめ むぎ あぶら さとう かたくりこ バター じゃがいも	ケチャップ ソース さけ かつおけずりぶし
18	金	ビビンバ ぎゅうにゅう わかめとたまごのスープ	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう わかめ たまご	しょうが にんじん もやし ほうれんそう	こめ むぎ ごまあぶら さとう ごま かたくりこ	しょうゆ みりん す トウバンジャン とりがらスープのもと しょうゆ しお
21	月	むぎごはん ぎゅうにゅう こうや豆腐のたまごとじ ごぼうとにんじんのサラダ	ぎゅうにゅう とりにく こうや豆腐 たまご まぐろあぶらづけ	にんじん たまねぎ しめじ さやいんげん ごぼう にんじん きゅうり	こめ むぎ かたくりこ さとう ごまドレッシング ごま さとう	しょうゆ みりん しお さけ かつおけずりぶし しょうゆ みりん
22	火	むぎごはん ぎゅうにゅう ぶりのあげに さわにわん セミノール	ぎゅうにゅう ぶり ぶたにく あぶらあげ	にんじん ごぼう だいこん しいたけ こんにやく ねぎ セミノール	こめ むぎ かたくりこ あぶら さとう	しょうゆ みりん さけ しょうゆ かつおけずりぶし さけ こしょう しお
23	水	こめこいりパン ぎゅうにゅう ポークビーンズ キャベツとチーズのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず チーズ	にんじん しめじ たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	こめこいりパン あぶら さとう かたくりこ マヨネーズ	ソース ケチャップ しお コンソメ
24	木	むぎごはん ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ じゃがいものそぼろに	ぎゅうにゅう ちくわ たまご あおさ とりにく	にんじん たまねぎ こんにやく さやいんげん	こめ むぎ あぶら こむぎこ かたくりこ さとう あぶら じゃがいも	しお しょうゆ しお みりん さけ
25	金	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 パンサンスー	ぎゅうにゅう とうふ みそ ぶたにく ハム	しょうが にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ きゅうり にんじん レモンかじゅう	こめ むぎ さとう かたくりこ ごまあぶら はるさめ ごまあぶら さとう	しょうゆ トウバンジャン とりがらスープのもと さけ す しょうゆ
28	月	むぎごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー たまごとコーンのスープ	小学校 給食なし ぎゅうにゅう ぶたにく みそ たまご	キャベツ ビーマン しょうが しろねぎ にんにく にんじん コーン ほうれんそう	こめ むぎ あぶら かたくりこ さとう かたくりこ	しょうゆ トウバンジャン さけ とりがらスープのもと しょうゆ しお こしょう
30	水	ツナドッグ ぎゅうにゅう はるやさいのスープ	まぐろあぶらづけ ぎゅうにゅう ウインナー	きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ	コッペパン マヨネーズ じゃがいも	こしょう コンソメ しお こしょう しょうゆ

※ **太字**は答志産、鳥羽産の食材です。**わかめ**は、中学生が刈り取りしたものを使わせてもらいます。
「地物一番給食の日」については、三重県産も**太字**で表記します。「地物一番給食の日」は、地場産物(県内産)食材を
使った給食や食育をすすめる取組です。三重県が設定する三重地物一番の日(毎月第3日曜)の前後2週間以内で設定しています。



このマークが目印