



# 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	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
8	金	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 バンサンスー みかん(カラ) <b>小学1年生は給食 ありません</b>	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうふ ハム	しょうが にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ きゅうり レモンかじゅう みかん	こめ むぎ さとう ごまあぶら かたくりこ はるさめ	しょうゆ さけ す こしょう トウバンジャン とりがらスープのもと
11	月	さけごはん ぎゅうにゅう まつかぜやき さわにわん おいおいデザート <b>にゅうがく・しんきゅうおいおい給食</b>	ぎゅうにゅう さけ ぶたにく あぶらあげ とりにく たまご みそ	えだまめ こんにやく にんじん ごぼう だいこん たけのこ しいたけ ねぎ	こめ パンこ さとう ごま おいおいデザート	しょうゆ さけ こしょう かつおけずりぶし
12	火	むぎごはん ぎゅうにゅう とりにくのてりやき わふうサラダ ごもくじる	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ とりにく まぐるあぶらづけ	にんじん ごぼう もやし ねぎ たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり	こめ むぎ さとう ごまあぶら ごま	かつおけずりぶし みりん しょうゆ しお さけ
13	水	こがたコッペパン ぎゅうにゅう ペンネミートソース はるやさいのスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ウインナー	にんじん キャベツ たまねぎ	コッペパン さとう あぶら じゃがいも ペンネ	コンソメ しお こしょう ワイン ケチャップ ソース しょうゆ
14	木	むぎごはん ぎゅうにゅう さわらのフライ ボイルキャベツ ソース どさんこじる	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうふ <b>さわら</b> たまご	にんじん もやし コーン ねぎ キャベツ	こめ むぎ じゃがいも バター こむぎこ パンこ あぶら	しお こしょう ソース かつおけずりぶし
15	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	ぎゅうにゅう ぶたにく ヨーグルト	にんにく にんじん たまねぎ りんごピューレ みかん もも パイ	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう カレールウ	カレーこ ワイン あぶら コンソメ ソース
18	月	むぎごはん ぎゅうにゅう さばのみそに ぐたくさんじる みかんゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ さば みそ	にんじん ごぼう しめじ たまねぎ ねぎ しょうが	こめ むぎ さとう	かつおけずりぶし みりん しょうゆ
19	火	ひじきそぼろごはん ぎゅうにゅう ちくわのてんぷら かきたまじる <b>食育の日</b>	ぎゅうにゅう ぶたにく <b>ひじき</b> とうふ たまご ちくわ	しょうが にんじん ねぎ はくさい えのきたけ ほうれんそう	こめ ごまあぶら さとう かたくりこ こむぎこ あぶら	しょうゆ さけ みりん しお かつおけずりぶし
20	水	こくとうパン ぎゅうにゅう ポークビーンズ シーザーサラダ	ぎゅうにゅう だいち ぶたにく ベーコン こなチーズ	にんじん しめじ たまねぎ キャベツ きゅうり	こくとうパン じゃがいも あぶら さとう かたくりこ マヨネーズ	ケチャップ こしょう ソース コンソメ
21	木	むぎごはん ぎゅうにゅう てづくりしゅうまい キャベツうましおあえ あおさのみそしる	ぎゅうにゅう みそ <b>あおさ</b> とうふ ぶたにく	はくさい にんじん だいこん たまねぎ しいたけ キャベツ しょうが	こめ むぎ かたくりこ ごまあぶら ぎょうざのかわ	しょうゆ しお こしょう さけ とりがらスープのもと かつおけずりぶし
22	金	むぎごはん ぎゅうにゅう さけのコーンマヨネーズやき じゃがいものそぼろに	ぎゅうにゅう さけ とりにく	にんじん たまねぎ さやいんげん こんにやく コーン パセリ	こめ むぎ じゃがいも さとう マヨネーズ	しょうゆ みりん さけ しお こしょう
25	月	わかめじゃこごはん ぎゅうにゅう こうや豆腐のたまごとじ ごもくきんぴら	ぎゅうにゅう わかめ <b>ちりめんじゃこ</b> たまご こうや豆腐 とりにく まぐるあぶらづけ	にんじん たまねぎ しめじ さやいんげん ごぼう	こめ むぎ かたくりこ さとう ごまあぶら ごま	しょうゆ みりん さけ かつおけずりぶし しお
26	火	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	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ たまご	にんにく しょうが キャベツ しろねぎ ピーマン にんじん ほうれんそう コーン にんじん	こめ むぎ かたくりこ あぶら さとう	しょうゆ しお こしょう さけ トウバンジャン とりがらスープのもと
27	水	こめこいりパン ぎゅうにゅう マカロニのクリームに かみかみサラダ	ぎゅうにゅう とりにく こなチーズ だいち さきいか	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ きゅうり	こめこいりパン パター マカロニ こむぎこ ごまドレッシング あぶら	コンソメ しお こしょう
28	木	たけのこごはん ぎゅうにゅう かつおのオニオンソースあえ わかめのみそしる いばらもち <b>子どもの日行事食</b>	ぎゅうにゅう <b>わかめ</b> まぐるあぶらづけ みそ かつお あぶらあげ	にんじん たけのこ もやし ねぎ たまねぎ にんにく	こめ じゃがいも あぶら かたくりこ さとう いばらもち	しょうゆ さけ にぼし かつおけずりぶし しお

※ **太字**は答志産、鳥羽産の食材です。**わかめ**は、今年も中学生が刈り取りしたものを使わせてもらいます。  
毎月19日は「食育の日」です。  
いばらもちは三重県の郷土食です。