

# 4月分予定献立表

## ～「予定献立表」の見方～



太字・下線入りが献立名、その下は使っている食品名です。

ご飯は、和歌山市にあるライスセンターから配達していただいています。学級ごとに米飯容器に入ります。

パンは、岩出市内にあるマルトパン舗から朝焼きのパンを配達していただいています。

1食当たりのカロリーを表示しています。

16

○牛乳

□パン

ABCマカロニスープ

- ペーゴン ☆にんじん
- マカロニ ☆だいこん
- じゃがいも ☆ほうれんそう
- ☆キャベツ コンソメ
- ☆たまねぎ こしょう

○※チキンカツ

1ねんせいのきゅうしょくがスタートします。

628kcal

おはしは、毎日持って来てください。スプーンマークのある日は、スプーンがつきます。

牛乳は、成分無調整のもので、容量は200mlです。発酵乳(シヨア)がつくこともあります。

変わりご飯や、個数付けている加工食品には※マークをつけています。※マークをつけている加工品について、原材料名をお知りになりたい場合は、各学校へお問い合わせください。

金
10
○牛乳
カラフルそぼろどん
□ごはん ☆とうもろこし
○とりにく ☆しょうが
○だいたく □こめあぶら
☆たけのこ □さとう
☆にんじん ☆しょうゆ
☆たまねぎ さけ
☆いんげん みりん
☆えのきたけ
もやしとあおなのナムル
☆もやし □こめあぶら
☆こまつな □さとう
☆にんじん ☆しょうゆ
☆にんにく トウバンジャン
□ごま しお
□こめあぶら 585kcal

月	火	水	木	金
13	14	15	16	17
○牛乳	○※シヨア(いちご)	○牛乳	○牛乳	○牛乳

□パン	□ごはん	□ごはん	□パン	カレーライス
おおむぎミネストローネ	ようふうにくじゃが	ユイミーダン	ABCマカロニスープ	□ごはん ☆たまねぎ
○ペーゴン ☆フロッコリー	○ふたにく ☆えのきたけ	○とりにく ☆ほうれんそう	○ペーゴン ☆にんじん	○とりにく ☆しょうが
□おおむぎ ☆トマト	○ペーゴン ☆いんげん	○とうふ ☆しょうが	○マカロニ ☆だいこん	□じゃがいも カレールウ
□じゃがいも ☆にんにく	□じゃがいも □さとう	☆たまねぎ □かたくりこ	□じゃがいも ☆ほうれんそう	
☆たまねぎ □オリーブゆ	☆たまねぎ ☆しょうゆ	☆にんじん ☆ちゅうかだし	☆キャベツ コンソメ	
☆にんじん トマトピューレー	☆にんじん コンソメ	☆キャベツ さけ	☆たまねぎ こしょう	
☆はくさい コンソメ	☆はくさい こしょう	☆とうもろこし こしょう		
☆しめじ こしょう				
※ミートボールのパーベキューソース(2こ)	○※いわしのうめ	とりにくのみそマヨやき	○※チキンカツ	
○※にくだんご ☆レモン	ほねごとたべられます。	○とりにく □たまごなしマヨネーズ	1ねんせいのきゅうしょくがスタートします。	手洗いを忘れずに!
☆りんご □さとう		○みそ さけ		
☆にんにく ☆しょうゆ		□さとう こしょう		
609kcal	629kcal	650kcal	628kcal	615kcal

20	21	22	23	24
○牛乳	○牛乳	○牛乳	○※シヨア(ブルーベリー)	○牛乳
□パン	□ごはん	きつねどん	□パン	ちゅうかどん
ペンのポロネーゼ	いわでしもりもりしる	□ごはん ☆しいたけ	はるキャベツのスープ	□ごはん ☆しょうが
○ペンネ クチャップ	○あぶらあげ ☆にんじん	○とりにく ☆しょうが	○ペーゴン ☆フロッコリー	○ふたにく ☆しいたけ
○とりにく トマトピューレー	○とうふ ☆えのきたけ	○えだまめ □さとう	☆キャベツ ☆しめじ	□いか □こめあぶら
○だいたく デミグラスソース	☆たまねぎ □じゃがいも	○あぶらあげ ☆しょうゆ	☆たまねぎ □じゃがいも	○あつあげ □かたくりこ
☆たまねぎ あかワイン	☆キャベツ □みそ	☆にんじん ☆みりん	☆にんじん コンソメ	☆はくさい ☆しょうゆ
☆にんじん ☆しょうゆ	☆ねぎ だしバック	☆たまねぎ さけ	☆とうもろこし こしょう	☆たまねぎ ちゅうかだし
☆セロリ コンソメ	あかおのくろあわびたけあん	☆たけのこ だしバック		☆いんげん こしょう
☆パセリ こしょう	○あかうお □さとう	ほうれんそうのごまじょあえ	とりにくのマスタードやき	
○こなチーズ	☆くらあわびたけ ☆しょうゆ	○ちりめんじゃこ □ごま	○とりにく ☆しょうゆ	○※しゅうまい(2こ)
ひじきサラダ	☆たまねぎ さけ	☆ほうれんそう □さとう	○たまごなしマヨネーズ コンソメ	きゅうにゅうをのんでカルシウムちよきん!
○ひじき ☆にんじん	☆しょうが ☆みりん	☆もやし ☆しょうゆ	マスタード	
○とりにく ☆とうもろこし	○かたくりこ	☆にんじん		
☆キャベツ □ごまドレッシング	☆まりひめ(1こ)			
578kcal	631kcal	589kcal	606kcal	715kcal

27	28	29	30
○牛乳	○※シヨア	しょうわ ひ 昭和の日	○牛乳
□パン	□ごはん		□パン
はるやさいのクリームシチュー	ぶたにくとたけのこのみそしる		ポトフ
○とりにく ☆アスパラガス	○ぶたにく ☆キャベツ		○ペーゴン ☆だいこん
□じゃがいも ○きゅうにゅう	○あつあげ ☆にんじん		○とりにく ☆キャベツ
☆たまねぎ シチュールウ	○わかめ ○みそ		□じゃがいも ☆フロッコリー
☆にんじん コンソメ	☆たけのこ だしバック		☆たまねぎ コンソメ
☆キャベツ ☆たまねぎ			☆にんじん こしょう
かいそうサラダ	うめずからあげ(2こ)		タラのプロバンスふう
○かいそうミックス ☆とうもろこし	○とりにく ☆しょうゆ		○タラ □かたくりこ
☆きゅうり しそドレッシング	□かたくりこ さけ		☆トマト □さとう
☆だいこん	うめず		☆たまねぎ クチャップ
			☆にんにく しお
I LOVE KYUSYOKU			☆バジル こしょう
559kcal	590kcal		□オリーブゆ
			621kcal

食物アレルギーのため、詳しい内容が必要な場合は、『アレルギー表』で確認してください。

給食センター・パン工場・米飯工場では、コンタミネーションの可能性がります。ご了承ください。

給食で、初めて食べる食材があるなど、気になることがある場合、また、食材が原因によるアレルギー症状や嘔吐などがある場合は、事前に学校へお知らせください。



### 4月使用予定の 市内産・県内産野菜と果物

- 黒あわびたけ、玉ねぎ
- ねぎ、キャベツ、小松菜
- きゅうり、まりひめ



### 岩出市の食材が使われている日は、そうへいちゃん

のイラストをのせ、食材名を太字にしています。

そがしてみてね!



給食では、市内産、県内産のものを多く使用することで地産地消を進めています。

□・・・き(なつやちからのもとになる)    ○・・・あか(ち、にく、ほねをつくる)    ☆・・・みどり(からだのちようしをとくをえる)

\* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。