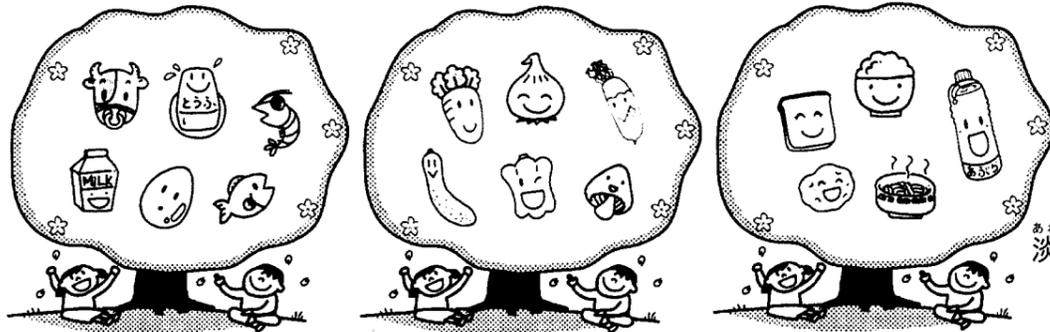


2021ねん 4がつの
えいようしどうひょう



(教室用)
淡路市立給食センター

日(曜)	こんだて名	血や肉になるもの (あか)	体の調子をととのえるもの (みどり)	熱や力になるもの (き)
8木	マーボー豆腐 春雨サラダ	冷凍豆腐 豚ひき肉 八丁みそ チキンハム	しょうが にんにく たまねぎ にんじん 乾しいたけ にはら キャベツ きゅうり	三温糖 ごま油 でんぷん 上白糖 はるさめ いりごま
9金	肉じゃが煮 ほうれんそうのいろどり和え	牛肉 糸かまぼこ	にんじん たまねぎ しらたき ぶなしめじ ほうれんそう さやいんげん キャベツ	米ぬか油 じゃがいも 三温糖 上白糖
12月	焼きそば 野菜サラダ (小袋ごまドレッシング)	豚肉 あおのり チキンハム	キャベツ もやし たまねぎ にんじん にはら ブロッコリー 葉ねぎ 赤ピーマン きゅうり	焼きそばめん 米ぬか油 ごまドレッシング
13火	焼き魚(さわら) きんぴらごぼう ちゃんこ汁	さわら 塩蔵わかめ 鶏つくね スープベース	ごぼう にんじん こんにゃく たけのこ水煮 さやいんげん はくさい チンゲンサイ	三温糖
14水	鶏肉のレモン風味 小松菜の和え物 野菜のみそ汁	鶏肉 油揚げ 煮干し みそ	レモン果汁 こまつな キャベツ にんじん 葉ねぎ たまねぎ えのきたけ	でんぷん 米ぬか油 上白糖
15木	豚丼 海と畑のサラダ	豚肉 まぐろ油漬け 乾しひじき おつゆふ	しょうが たまねぎ にんじん しらたき 根深ねぎ きゅうり キャベツ とうもろこし	米ぬか油 三温糖 上白糖
16金	カレーライス 枝豆のサラダ	牛肉 ちりめんじゃこ	にんじん たまねぎ りんご キャベツ マッシュルーム ケチャップ えだまめ	米ぬか油 ごま油 じゃがいも カレーフレーク ココナツミルク
19月	フランクフルトのケチャップ和え キャベツとコーンの和え物 じゃがいものスープ さくらゼリー	レバー入りフランク ベーコン スープベース	ケチャップ キャベツ とうもろこし たまねぎ にんじん セロリー	上白糖 じゃがいも さくらゼリー
20火	チャブチェ わかめスープ ふりかけ	牛肉 塩蔵わかめ スープベース コンソメ	しょうが にんにく 根深ねぎ にはら たまねぎ にんじん たけのこ水煮 乾しいたけ 赤ピーマン 葉ねぎ	米ぬか油 ごま油 三温糖 はるさめ いりごま 胚芽ふりかけ
21水	コロッケ キャベツのカレー味 ミネストローネスープ	豚肉 ベーコン スープベース	キャベツ たまねぎ にんじん トマト パセリ	たまねぎコロッケ 米ぬか油 ABCマカロニ じゃがいも
22木	木の葉丼 ライスパスタサラダ	焼きかまぼこ 鶏卵 おつゆふ 削り節 チキンハム	たまねぎ にんじん 乾しいたけ 葉ねぎ 黄ピーマン きゅうり	三温糖 上白糖 ライスパスタ ごま油
23金	魚(さけ)の塩こうじ焼き チンゲンサイの和え物 たけのこ鶏肉のみそ煮	さけ 鶏肉 ごぼう団子 みそ 削り節	キャベツ チンゲンサイ たけのこ水煮 にんじん さやいんげん こんにゃく	塩こうじ 上白糖 じゃがいも 米ぬか油
26月	ツナサラダ えびのクリーム煮	まぐろ油漬け えび 調理用牛乳 スープベース	キャベツ にんじん きゅうり セロリー たまねぎ マッシュルーム	いりごま 上白糖 ごま油 じゃがいも マカロニ 小麦粉 有塩バター
27火	焼きハンバーグ(和風ソース) ほうれんそうのおかか和え 若竹汁	豆腐入りハンバーグ かつお節 塩蔵わかめ 削り節 出し昆布	たまねぎ ぶなしめじ ほうれんそう 生しいたけ たけのこ にんじん 葉ねぎ	上白糖 でんぷん
28水	魚(ぐち)の天ぷら ブロッコリーのぼん酢和え ふのみそ汁 味付けのり	ぐち 油揚げ みそ おつゆふ 削り節 出し昆布 味付けのり	ブロッコリー たまねぎ にんじん えのきたけ 葉ねぎ	天ぷら粉 米ぬか油
30金	牛肉とごぼうのうま煮 山菜のかきたま汁 日向夏(個包装)	牛肉 木綿豆腐 鶏卵 出し昆布 削り節	にんじん ごぼう わらび なめこ しらたき ぶなしめじ ふき たけのこ水煮 たまねぎ さやいんげん 乾しいたけ 葉ねぎ 日向夏	米ぬか油 三温糖 でんぷん

※○印は、パン給食の日となっています。

※おはしは毎日きれいに洗って持ってきてきましょう。

※材料等の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。