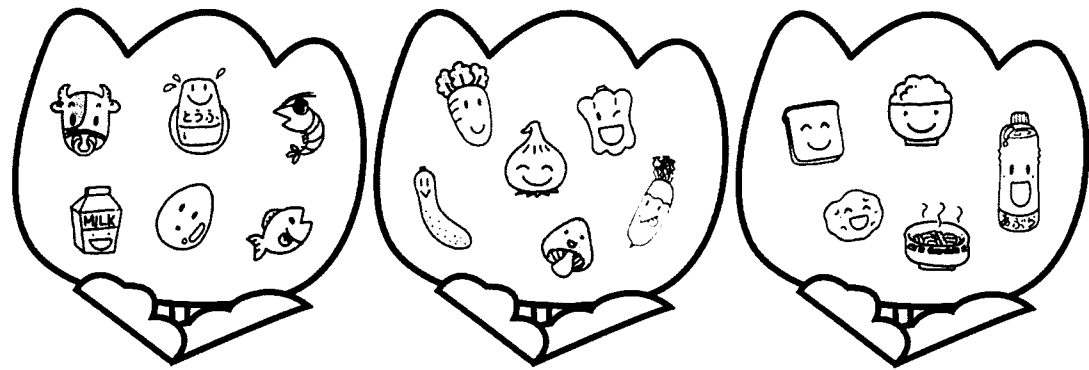


2022ねん 4がつの
えいようしどうひょう



(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 金	マーボー豆腐 海と畑のサラダ	冷凍豆腐 豚ひき肉 八丁みそ まぐろ油漬 乾しひじき	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 とうもろこし	三温糖 上白糖 でんぷん ごま油
11 月	焼きそば ブロッコリーサラダ (小袋かんきつドレッシング)	豚肉 あおのり ちりめんじゃこ	キャベツ もやし たまねぎ にんじん にはら 葉ねぎ ブロッコリー とうもろこし	焼きそばめん 米ぬか油 ごま油 かんきつドレッシング
12 火	チャプチェ 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 乾しいたけ たまねぎ にんじん たけのこ水煮 赤ピーマン にはら 葉ねぎ	米ぬか油 三温糖 はるさめ いりごま ごま油 胚芽ふりかけ
13 水	肉じゃが煮 ほうれんそうのいろどりあえ	豚肉 糸かまぼこ	にんじん たまねぎ しらたき さやいんげん ほうれんそう ぶなしめじ キャベツ	米ぬか油 じゃがいも 三温糖 上白糖
14 木	鶏肉のレモン風味 小松菜の和え物 たまねぎのみそ汁	鶏肉 油揚げ 塩蔵わかめ みそ 煮干し	レモン果汁 こまつな たまねぎ にんじん 葉ねぎ	でんぷん 米ぬか油 上白糖
15 金	豚丼 ライスパスタサラダ	豚肉 おつゆふ チキンハム	しょうが たまねぎ にんじん しらたき 葉ねぎ 黄ピーマン きゅうり	米ぬか油 ごま油 三温糖 上白糖 ライスパスタ
18 月	コロッケ キャベツのカレー味 レタスのスープ さくらゼリー	ベーコン スープベース	キャベツ たまねぎ にんじん レタス セロリー	淡路たまねぎコロッケ 米ぬか油 ABCマカロニ さくらゼリー
19 火	焼き魚(さわら) もやしのごま和え たけのこ鶏肉のみそ煮	さわら 刻み昆布 鶏肉 ごぼう団子 みそ 削り節	大豆もやし たけのこ水煮 にんじん さやいんげん こんにやく	いりごま 上白糖 じゃがいも 米ぬか油
20 水	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 クリームスープ	レバー入りフランク ポークハム コンソメ 調理用牛乳 スープベース	ケチャップ キャベツ とうもろこし マッシュルーム たまねぎ にんじん こまつな	上白糖 でんぷん
21 木	木の葉丼 チンゲンサイの和え物 デコポン(個包装)	焼きかまぼこ 鶏卵 おつゆふ 削り節 ちりめんじゃこ	たまねぎ にんじん 葉ねぎ 乾しいたけ キャベツ チンゲンサイ とうもろこし デコポン	三温糖 上白糖
22 金	カレーライス こんにやくサラダ	豚肉 鶏肉	にんじん たまねぎ マッシュルーム ケチャップ りんご サラダこんにやく きゅうり キャベツ	米ぬか油 上白糖 じゃがいも ごま油 カレーフレーク ココナツミルク
25 月	ツナサラダ えびのクリーム煮	まぐろ油漬 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 マカロニ じゃがいも 小麦粉 有塩バター
26 火	焼きハンバーグ(和風ソース) ほうれんそうの和え物 若竹汁	豆腐入りハンバーグ 塩蔵わかめ 削り節 出し昆布	たまねぎ ぶなしめじ 生しいたけ ほうれんそう にんじん たけのこ 葉ねぎ	上白糖 でんぷん
27 水	豚肉のみそ炒め ちゃんこ汁	豚肉 みそ 鶏つくね 油揚げ スープベース	キャベツ にんじん もやし 根深ねぎ にはら エリンギ しょうが チンゲンサイ しらたき	米ぬか油 上白糖 ごま油
28 木	魚(ぐち)の天ぷら きんぴらごぼう 山菜のかきたま汁	ぐち 牛肉 木綿豆腐 鶏卵 出し昆布 削り節	ごぼう にんじん こんにやく たけのこ水煮 さやいんげん たまねぎ 葉ねぎ わらび ふき しめじ なめこ 水菜	天ぷら粉 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。