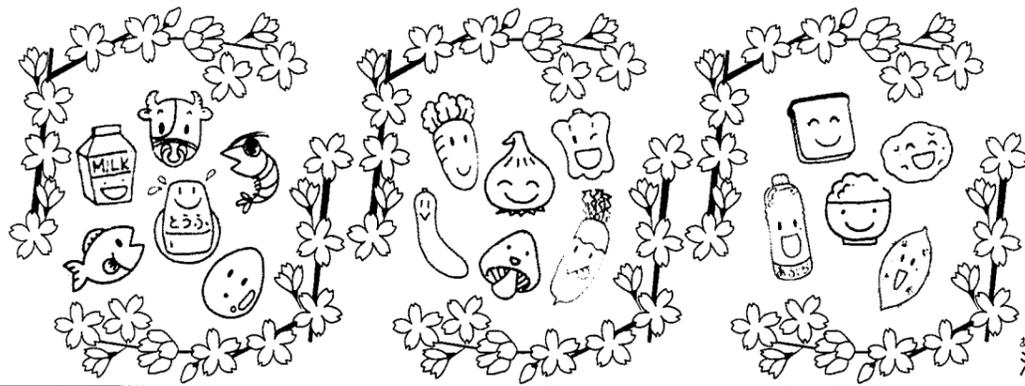


2024ねん 4がつの
えいようしどうひょう



(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)
9 火	カレーライス 海と畑のサラダ	豚肉 まぐろ油漬 乾しひじき	にんじん たまねぎ マッシュルーム りんご キャベツ きゅうり とうもろこし	米ぬか油 じゃがいも 上白糖 カレーフレーク ココナッツミルク
10 水	鶏肉のから揚げ 春キャベツのごま和え たまねぎのみそ汁	鶏肉 油揚げ 塩蔵わかめ みそ 煮干し	春キャベツ たまねぎ にんじん 葉ねぎ	でんぷん 米ぬか油 上白糖 いらごま
11 木	豚丼 ピッコロサラダ	豚肉 チキンハム	しょうが たまねぎ にんじん しらたき 葉ねぎ キャベツ きゅうり	おつゆ 米ぬか油 三温糖 上白糖
12 金	平つくね(お好みソース) NEW 小松菜のおかか和え わかたけ汁 若竹汁	キャベツ入り平つくね かつお節 塩蔵わかめ 木綿豆腐 削り節 出し昆布	こまつな たけのこ にんじん 葉ねぎ	上白糖
15 月	焼きそば 野菜サラダ (小袋和風ドレッシング)	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 なら 葉ねぎ ブロッコリー 赤ピーマン きゅうり	焼きそばめん 米ぬか油 小袋和風ドレッシング
16 火	魚(さわら)の塩こうじ焼き きゅうりとわかめの酢の物 たけのこと鶏肉のみそ煮	銀さわら カットわかめ 鶏肉 ごぼう団子 みそ 削り節	きゅうり 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 いらごま じゃがいも 米ぬか油
17 水	淡路コロッケ キャベツとコーンの和え物 もち麦スープ	焼豚 スープベース	キャベツ とうもろこし たまねぎ にんじん	淡路牛コロッケ 米ぬか油 もち麦
18 木	牛肉とごぼうのうま煮 豆腐としめじのみそ汁 しらぬい(個包装)	牛肉 木綿豆腐 乾燥湯葉 みそ 煮干し	にんじん ごぼう たけのこ水煮 乾しいたけ しらたき さやいんげん ぶなしめじ 根深ねぎ しらぬい	米ぬか油 三温糖
19 金	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 なら キャベツ きゅうり	三温糖 ごま油 でんぷん はるさめ いらごま 上白糖
22 月	えびのクリーム煮 こんにゃくサラダ	えび 調理用牛乳 スープベース 鶏肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム サラダこんにゃく きゅうり キャベツ	じゃがいも マカロニ ごま油 有塩バター 小麦粉 上白糖
23 火	豆腐ハンバーグ(あんかけ) チンゲンサイのいりどりと和え ふのみそ汁 さくらゼリー	豆腐ハンバーグ ポークハム 油揚げ 塩蔵わかめ 出し昆布 削り節 みそ	キャベツ チンゲンサイ にんじん とうもろこし たまねぎ 葉ねぎ	上白糖 おつゆ さくらゼリー
24 水	肉じゃが煮 じゃこのサラダ	豚肉 ちりめんじゃこ	にんじん たまねぎ しらたき さやいんげん キャベツ 枝豆	米ぬか油 じゃがいも 三温糖 ごま油
25 木	チャプチェ ワンタンスープ	牛肉 スープベース	しょうが にんにく 根深ねぎ えのきたけ 乾しいたけ たまねぎ にんじん たけのこ水煮 赤ピーマン なら 葉ねぎ	米ぬか油 三温糖 はるさめ いらごま ごま油 ワンタンの皮
26 金	魚(あなご)の天ぷら きゅうりともやしの和え物 山菜のかきたま汁	あなご 木綿豆腐 鶏卵 出し昆布 削り節	きゅうり もやし わらび ふき みずな たまねぎ にんじん 葉ねぎ	天ぷら粉 米ぬか油 上白糖 いらごま でんぷん
30 火	豚肉のみそ炒め はんぺんのすまし汁	豚肉 みそ はんぺん 乾燥湯葉 塩蔵わかめ 出し昆布 削り節	キャベツ にんじん もやし えのきたけ 根深ねぎ エリンギ しょうが みつば	米ぬか油 上白糖 ごま油

※○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、ご了承ください。