

4月 学校給食献立表

滝宮小学校

日 曜日	献立名			材料名					
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの		体の調子を整えるもの		熱や力のもとになるもの	
7月	ぎゅうどん	○	かぼちゃのかのこあげ いそかあえ	ぎゅうにく	ぎゅうにゆう のり	にんじん かぼちゃ こまつな	たまねぎ しいたけ ふとねぎ キャベツ	こめ おおむぎ パンこ	あぶら
8火	コッペパン	○	じゃがいものカレーに キャベツとツナのサラダ あおりんごゼリー	ぶたにく まぐる	ぎゅうにゆう	にんじん	たまねぎしめじ えだまめ キャベツ きゅうり あおりんご	コッペパン じゃがいも さとう ゼリー	あぶら
9水	むぎごはん	○	さわらのごまだれかけ おほかあえ わかたけじる	さわら かつお	ぎゅうにゆう わかめ	にんじん ねぎ	キャベツ もやし たけのこ たまねぎ	こめ おおむぎ さとう でんぶん	ごま
10木	コッペパン	○	ポークビーンズ コールスローサラダ アーモンドいりこ	だいつ ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゆう にぼし	にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	コッペパン じゃがいも さとう	あぶら アーモンド ドレッシング
11金	むぎごはん	○	とりにくのからあげ こまつなごまずあえ とうふとわかめのみそじる	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゆう わかめ	こまつな にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ	こめ おおむぎ でんぶん さとう	あぶら ごま
14月	わかめごはん	○	とりにくのてりやき ゆかりあえ たけのこのきんぴら	とりにく	ぎゅうにゆう わかめ くきわかめ	にんじん しそ	キャベツ もやし たけのこ ごぼう	こめ おおむぎ さとう でんぶん こんにゃく	ごま ごまあぶら
15火	こめこパン	○	うみのさちチャウダー アーモンドサラダ いちご	いか あさり ベーコン とうにゆう	ぎゅうにゆう だっしふん にゆう	にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン いちご	こめこパン じゃがいも こむぎこ さとう	あぶら バター アーモンド
16水	おやこどん	○	こにぼしと だいつのからあげ アスパラのごまあえ	とりにく たまご だいつ	ぎゅうにゆう にぼし	にんじん ねぎ アスパラガス コーン	たまねぎ しいたけ キャベツ コーン	こめ おおむぎ さとう でんぶん	あぶら ごま
17木	セルフドッグ	○	やさいのスープに しこくゼリー	ソーセージ ベーコン うずらたまご	ぎゅうにゆう チーズ	にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ しめじ ゆず いよかん すだち	コッペパン じゃがいも ゼリー	
18金	せきはん	○	たいのしおやき ちしゃもみ すましじる おいわいクレープ	あずき たい てんぶら みそ とうふ かまぼこ	ぎゅうにゆう わかめ	にんじん ねぎ	レタス きゅうり たまねぎ いちご	こめ もちごめ さとう クレープ	ごま
21月	むぎごはん	○	とりにくとやさいのうまに こまつなとコーンのあえもの しょうゆまめ	とりにく うずらたまご しょうゆまめ	ぎゅうにゆう	にんじん さいいんげん こまつな	たまねぎ キャベツ コーン	こめ おおむぎ じゃがいも こんにゃく さとうでんぶん	あぶら
22火	かやくうどん	○	ちくわのいそべあげ はるキャベツのおひたし ミックスナッツ	とりにく あぶらあげ ちくわ かつお	ぎゅうにゆう あおのり	にんじん ねぎ さいいんげん	たまねぎ だいこん しめじ キャベツ もやし	うどん てんぶらこ	あぶら アーモンド カシューナッツ
23水	むぎごはん	○	マーボーとうふ はるさめサラダ キャンディーチーズ	ぶたにく とうふ みそ ハム	ぎゅうにゆう チーズ	にんじん ねぎ	にんにくしょうが たまねぎ しいたけ キャベツ きゅうり	こめ おおむぎ でんぶん はるさめ さとう	あぶら ごまあぶら

日 曜日	献立名			材料名					
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの		体の調子を整えるもの		熱や力のもとになるもの	
24木	コッペパン	○	いかのさらさあげ イタリアンサラダ コンソメスープ	いか ベーコン	ぎゅうにゆう	パプリカ にんじん パセリ	しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ	コッペパン でんぶん さとう じゃがいも	あぶら オリーブオイル
25金	ポーク カレーライス	○	かいそうサラダ ヨーグルト	ぶたにく ぶたレバー	ぎゅうにゆう チーズ かいそう ヨーグルト	にんじん アスパラガス	たまねぎ しめじ えだまめ キャベツ コーン	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	あぶら ごまあぶら
28月	ふりかえきゆうぎょうび 振替休業日								
30水	たけのこ ごはん	○	こいわしのからあげ はるキャベツの たくあんあえ だいこんのみそじる	あぶらあげ いわし みそ だいずこ	ぎゅうにゆう わかめ	みつば にんじん ねぎ	たけのこ キャベツ もやし たくあん だいこん	こめ こむぎこ パンこ でんぶん	あぶら ごま

材料の都合によって、献立が変更する場合があります。

～ 今月の注目メニュー＆食材 ～

◇お祝い献立(18日)……………「ちしゃもみ」は、香川県の郷土料理で春のお祝いのおもてなし料理として食べられていました。ちしゃはレタスの仲間野菜で、昔はたくさん栽培されていましたが、今は手に入りにくい野菜になったため、レタスやサニーレタスを使って「ちしゃもみ」を作ることが多くなりました。給食では、1年生の入学と2～6年生の進級をお祝いして、「ちしゃもみ」の他に「赤飯」や「桜のかまぼこの入ったすまし汁」「お祝いクレープ」が登場しています。



◇今が旬のたけのこ(9日・14日・30日)…… たけのこは、春に旬を迎える野菜です。柔らかくおいしく食べられるのは芽が土から出ているか出ていないかの時期で、10日も経つと竹に成長してしまうため、収穫時期がとても短いのです。香川県でもたけのこが多く収穫されており、給食で使われているたけのこも香川県で収穫されたものです。「若竹汁」「たけのこのきんぴら」「たけのこごはん」に登場します。今が旬のたけのこを味わいましょう。

