

# 4月のこんだて



給食  
スタート

入学・進級  
お祝い  
メニュー



日・曜日	主食 (黄色)	牛乳 (赤)	デザート	おかず	血や肉になるもの (赤)	熱ゆ力になるもの (黄)	体の調子をととのえるもの (緑)	調味料	エネルギー 小学部 中学部 (kcal)
14 ・ 月				ポークカレーライス	ぶた肉	米、じゃがいも、油	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが、りんごペースト、トマト缶	とりがらだし、カレー粉、ケチャップ、小麦粉、ソース、赤ワイン、アレルゲンフリーカレーフレーク	660
				ツナサラダ	ツナ		キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶	砂糖、塩、酢、しょうゆ	792
15 ・ 火				さわらのしんたまねぎソース	さわら、ベーコン	オリーブ油、かたくり粉	新たまねぎ、アスパラガス	とりがら、塩、酒、しょうゆ、こしょう	557
				かぼちゃのぐだくさんみそしる	とうふ、あぶらあげ、みそ	かぼちゃ	はくさい、だいこん、にんじん	かつおこんぶだし	668
16 ・ 水				ホイコーロー	あつあげ、ぶた肉、みそ	ごま油	キャベツ、たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、にんにく	酒、みりん、砂糖、しょうゆ、トウバンジャン	551
				とりにくとだいこんのスープ	とり肉		だいこん、にんじん、ちんげんさい、白ねぎ	とりがら、酒、塩、しょうゆ	661
17 ・ 木				とりのしおこうじやき	とり肉			塩こうじ	513
				セロリのきんぴら		ごま油、ごま	セロリ、にんじん	酒、みりん、砂糖、しょうゆ	616
				はるやさいのみそしる	みそ	新じゃがいも	たけのこ、アスパラガス、新たまねぎ	かつおこんぶだし	
18 ・ 金				ぶたじゃが	ぶた肉、あつあげ	じゃがいも、油	たまねぎ、にんじん、	酒、みりん、砂糖、しょうゆ	576
				こまつなのおすまし	あぶらあげ、ちくわ		こまつな、だいこん、えのき	かつおこんぶだし、塩、しょうゆ、酒	691
21 ・ 月				とりにくのマーマレードやき	とり肉		たまねぎ	マーマレード、しょうゆ、白ワイン	497
				ミネストローネ	ベーコン	じゃがいも、オリーブ油	にんじん、トマト缶、玉ねぎ、キャベツ、セロリ、にんにく	とりがら、赤ワイン、ケチャップ、みりん、砂糖、塩、しょうゆ、こしょう	596
22 ・ 火				ぶたのしょうがいため	ぶた肉	油	キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうが	塩、酒、砂糖、しょうゆ	553
				わかめのおすまし	とうふ、あぶらあげ、わかめ		だいこん	かつおこんぶだし、塩、しょうゆ、みりん	664
23 ・ 水				やきとりどん	とり肉	米、油	たまねぎ、にんじん、たけのこ、白ネギ	酒、みりん、砂糖、しょうゆ	591
				はるきゃべつのみそしる	とうふ、あぶらあげ、みそ		春キャベツ、にんじん、えのきたけ	かつおこんぶだし	709
24 ・ 木				せきはん	あずき	米、もち米		塩	575
				さけのてりやき	さけ			酒、みりん、しょうゆ	690
				ごますいため	糸かまぼこ	ごま油、ねりごま	キャベツ、きゅうり、にんじん	砂糖、酢、しょうゆ	
				さわにわん	ぶた肉		だいこん、にんじん、ごぼう、えのきたけ、みつば	かつおこんぶだし、塩、しょうゆ、酒、こしょう	
25 ・ 金				ぶたキムチ	ぶた肉	ごま油	はくさいキムチ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にんにく	酒、しょうゆ、みりん、塩	545
				サムゲタンふうスープ	とり肉		だいこん、にんじん、白ねぎ、干しいたけ、しょうが、にんにく	酒、塩、しょうゆ、とりがら	654
28 ・ 月				こぎつねごはん	とりひき肉、あぶらあげ	米、もち米	にんじん	酒、みりん、砂糖、しょうゆ、こんぶ	572
				ごもくまめに	ちくわ、大豆水煮	ごま油	にんじん、たけのこ、ごぼう、干しいたけ	かつおこんぶだし、みりん、砂糖、しょうゆ	686
				ふのみそしる		ふ	ちんげんさい、玉ねぎ、しめじ	かつおこんぶだし、みりん、塩、しょうゆ	
30 ・ 水				こうやどうふとやさいのもの	こうやどうふ、ぶた肉		たまねぎ、キャベツ、にんじん、えのきたけ	かつおこんぶだし、酒、みりん、砂糖、しょうゆ	538
				とりごぼうじる	とり肉		ごぼう、にんじん、ちんげんさい	かつおこんぶだし、酒、塩、しょうゆ	646

※物資購入の都合により献立が変更になることもございますが、ご了承ください。