



4月のこんだて



給食
スタート

韓国
の
こんだて

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)	熱や力になるもの(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 中高等部 (kcal)
12・金				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、セロリー、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、ウスターソース、赤ワイン、アレルギーフリーカレーフレーク	694
				キャベツとハムのサラダ	チキンハム		キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶	砂糖、塩、酢、しょうゆ	797
15・月				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	549
				わかめのおすまし	とうふ		だいこん、白ねぎ、わかめ	かつおこんぶだし、塩、しょうゆ、みりん	633
16・火				さわらのしんたまねぎソース	さわら、ショルダーベーコン	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	556
				ぐだくさんみそしる	とうふ、油あげ、みそ	新じゃがいも	キャベツ、だいこん、にんじん、ねぎ	かつおこんぶだし	619
17・水				みそかつ そえやさい	ぶたひれ肉、みそ	パン粉、エッグケアマヨネーズ、オリーブ油	キャベツ、にんじん、ピーマン	塩、こしょう、砂糖、みりん、酒	560
				ほうれんそうのおすまし	とうふ		ほうれんそう、にんじん、だいこん、えのきたけ	かつおこんぶだし、塩、しょうゆ	617
18・木				なのはなのとうふグラタン	とり肉、とうふ、牛乳、チーズ	バター、生クリーム、こめこ、油	なのはな、たまねぎ	塩、しょうゆ、白ワイン	685
				キャベツとウインナーのスープ	ウインナー		キャベツ、たまねぎ、にんじん、セロリー、にんにく	塩、こしょう、白ワイン、しょうゆ、とりがら	747
19・金				たいめし	たい、油あげ	米	しょうが	こんぶだし、酒、塩、しょうゆ	584
				こうやとうふとやさいのにももの	こうやとうふ、ぶた肉		たまねぎ、キャベツ、にんじん	かつおこんぶだし、酒、みりん、砂糖、しょうゆ	674
				とりごぼうじる	とり肉		ごぼう、にんじん、チンゲンサイ	かつおこんぶだし、酒、塩、しょうゆ	
22・月				やきとりどん	とり肉	米、油、かたくり粉	たまねぎ、にんじん	酒、みりん、砂糖、しょうゆ	544
				はるキャベツのみそしる	とうふ、油あげ、みそ		春キャベツ、だいこん、にんじん、えのきたけ	かつおこんぶだし	626
23・火				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	567
				タッカンマリふうスープ	とり肉	じゃがいも	だいこん、にんじん、ねぎ、しょうが、にんにく	とりがら、酒、塩、しょうゆ	653
24・水				ごもくにまめ	とり肉、ちくわ、だいず	ごま油	にんじん、れんこん、ごぼう、干しいたけ	しょうゆ、みりん、酒、砂糖	536
				わかめとじゃがいものおすまし	あぶらあげ	じゃがいも、ごま	だいこん、ねぎ、わかめ、あおのり、ゆかり	塩、しょうゆ、酒、かつおこんぶだし	618
25・木				とりのしおこうじやき	とり肉			塩こうじ、酒	509
				セロリのきんぴら		ごま油、ごま	セロリー、にんじん	酒、みりん、砂糖、しょうゆ	569
				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	
26・金				せきはん	あずき	米、もち米		塩	
				さけのてりやき	さけ			酒、みりん、しょうゆ	562
				ゴマずいため	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	632
				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	
30・火				マーボーどん	とうふ、ぶたひき肉、みそ	米、かたくり粉、ごま油	たまねぎ、にら、干しいたけ、しょうが、にんにく	とりがら、酒、砂糖、塩、しょうゆ、トウバンジャン、こしょう	607
				とりにくとだいこんのスープ	とり肉		だいこん、にんじん、白ねぎ、ちんげんさい	とりがら、酒、塩、しょうゆ	702

※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。