

4月のこんだて



給食
スタート

入学・進級
お祝い
メニュー

韓国の
こんだて

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)	調味料	エネルギー 小学部 中学部 (kcal)	
13・月				ポークカレーライス	ぶた肉	米、じゃがいも、油	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
14・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	558
				かぼちゃのくたくさんみそしる	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	670
15・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	550
				ちんげんさいのスープ	ベーコン		だいこん、にんじん、ちんげんさい	とりがら、酒、塩、しょうゆ	660
16・木				ひじきごはん	ひじき、あぶらあげ	米、油	にんじん	しょうゆ、みりん、こんぶ	539
				ぶたにくとだいこんのいために	ぶた肉	ごま油	だいこん、にんじん、干ししいたけ、しょうが	酒、みりん、砂糖、しょうゆ	647
				はるキャベツのみそしる	とうふ、みそ		春キャベツ、えのきたけ	かつおこんぶだし	
17・金				こうやどうふとやさいののもの	こうやどうふ、ぶた肉		たまねぎ、キャベツ、にんじん、えのき	かつおこんぶだし、酒、みりん、砂糖、しょうゆ	550
				とりごぼうじる	とり肉		ごぼう、にんじん、ちんげんさい、白ねぎ	かつおこんぶだし、酒、塩、しょうゆ	660
20・月				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	573
				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	688
21・火				マカロニグラタン(ほうれんそう)	ベーコン、牛乳、チーズ	マカロニ、油、バター、小麦粉、生クリーム	玉ねぎ、ほうれんそう	塩、こしょう、白ワイン	667
				ミネストローネ	とり肉	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、砂糖、塩、しょうゆ、こしょう	800
22・水				ねぎしおぶたどん	ぶた肉	ごま油、ごま	玉ねぎ、にんじん、青ねぎ、しょうが、にんにく	酒、塩こうじ、塩、こしょう、しょうゆ	635
				なめこのみそしる	みそ、とうふ、あぶらあげ	じゃがいも	なめこ、にんじん	かつおこんぶだし	762
23・木				せきはん	あずき	米、もち米		塩	582
				さけのてりやき	さけ			酒、みりん、しょうゆ	698
				ごまずいため	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	
				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	
24・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	546
				サムゲタンふうスープ	とり肉		だいこん、にんじん、白ねぎ、干ししいたけ、しょうが、にんにく	酒、塩、しょうゆ、とりがら	655
27・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	551
				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	661
28・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、しょうが、にんにく、青ピーマン	とりがら、酒、砂糖、塩、しょうゆ、トウバンジャン、こしょう	627
				はるさめスープ	ベーコン	はるさめ、ごま油	キャベツ、もやし、にんじん、しょうが、にら	塩、こしょう、しょうゆ、とりがら	752
30・木				さばのしおこうじやき	さば			塩こうじ	544
				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	653
				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	

※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。