



4月給食献立表

令和5年度

南陽市立 赤湯中学校

| 日 | 主食 | 牛乳 | 主菜(しゅさい) | | 黄の仲間 熱や力の元になる | 赤の仲間 血や肉になる | 緑の仲間 体の調子を整える |
|-----|----------|----|----------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| | | | 副菜(ふくさい) | 副菜(ふくさい) | | | |
| 11火 | とりのしもんでん | 牛乳 | とりのしもんでん | カミカミサラダ 小松菜とベーコンのスープ | ★ぎゅうにゅう、ベーコン(小麦・卵・乳不使用)、とりにく、こんぶ、とりにく | ごはん、はるさめ、かたくりこ、あぶら、さとう、エッグマヨネーズ(小麦・卵・乳不使用)、★ごまドレッシング | こまつな、たまねぎ、にんじん、しめじ、レモン、ごぼう |
| 12水 | とりのしもんでん | 牛乳 | とりのしもんでん | けんちん汁 オレンジ | ★ぎゅうにゅう、とりにく、とうふ、あぶらあげ | ごはん、さとう、あぶら、こんにやく | しょうが、ほししいたけ、にんじん、ごぼう、ねぎ、だいこん、★オレンジ |
| 13木 | とりのしもんでん | 牛乳 | とりのしもんでん | 米粉のポークカレー サイダーフルーツポンチ チーズ | ★ぎゅうにゅう、ぶたにく、★チーズ | ごはん、あぶら、じゃがいも、米粉カレーパウダー(小麦・卵・乳不使用)、しらたまもち、サイダー | にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、すりおろしりんご、★ミックスフルーツ缶(リンゴ・桃・アヲス)、パイナップル、みかん |
| 14金 | 背割れコッパン | 牛乳 | 背割れコッパン | 草薙 減塩ポークのホットドッグ キラキラサラダ パンブキンスープ | ★ぎゅうにゅう、ポークフランク(小麦・卵・乳不使用)、★ほしがたチーズ、ベーコン(小麦・卵・乳不使用)、とりにゅう | ★コッパン、さとう、あぶら、とりにゅうバター(乳不使用)、こめこ | キャベツ、にんじん、ホールコーン、ブロッコリー、たまねぎ、かぼちゃ、かぼちゃペースト |
| 17月 | はなやかごはん | 牛乳 | はなやかごはん | とりのしもんでん はるさめのすまし汁 ひやしる いちごゼリー【学配】 | ★ぎゅうにゅう、★なると、とうふ、とりにく、こやどうふ、うちまめ、★ほたて 置賜のハレ食「ひやしる」でおいわいです。 | ごはん、はるさめ、さとう、こんにやく、いちごゼリー(28品目不使用) | にんじん、えのきたけ、ねぎ、しょうが、ほししいたけ、キャベツ、ほうれんそう |
| 18火 | とりのしもんでん | 牛乳 | とりのしもんでん | ぶた肉とおかひじきの塩こうじ炒め しらたま汁 果物(河内 晩かん) | ★ぎゅうにゅう、あぶらあげ、とりにく、ぶたにく | ごはん、しらたまもち、さとう、あぶら | にんじん、ごぼう、しめじ、みつば、たまねぎ、キャベツ、もやし、おかひじき、にんにく、★かわうちばんかん |
| 19水 | とりのしもんでん | 牛乳 | とりのしもんでん | さばカレー焼き ひじきの炒り煮 どさん子汁 | ★ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、みそ、★さば、ひじき、とりにくに、★さつまあげ、だいた | ごはん、じゃがいも、とりにゅうバター(乳不使用)、あぶら、いとこん、さとう | しょうが、にんじん、もやし、ホールコーン、ねぎ |
| 20木 | とりのしもんでん | 牛乳 | とりのしもんでん | ハンバーグブラウンソース キャロットサラダ コーンとベーコンのスープ | ★ぎゅうにゅう、ベーコン(小麦・卵・乳不使用)、ハンバーグ(乳・小麦・卵不使用)、ツナみず | ごはん、かたくりこ、ハヤシルウ(28品目不使用)、さとう、グルテンフリーパスタ、あぶら | クリームコーン、ホールコーン、たまねぎ、こまつな、マッシュルーム、にんじん、パセリ、レモン |
| 21金 | こくとう食パン | 牛乳 | こくとう食パン | バター香るツナサンド きのこのスープ あおりの小魚 | ★ぎゅうにゅう、ツナ、ベーコン(小麦・卵・乳不使用)、あおりのこざかな | ★黒パン、★パンこ、とりにゅうバター(乳不使用)、エッグマヨネーズ(小麦・卵・乳不使用)、かたくりこ | たまねぎ、しめじ、えのきたけ、エリンギ、ほししいたけ、玉ねぎ、にんにく |
| 25火 | とりのしもんでん | 牛乳 | とりのしもんでん | 塩からあげ(2ヶ) 枝豆 入りおひたし とうふとにらのスープ | ★ぎゅうにゅう、とうふ、とりにく | ごはん、かたくりこ、さとう、こめこ、あぶら | にら、もやし、しょうが、にんにく、ほうれんそう、キャベツ、にんじん、★きゅうり、えだまめ |
| 26水 | とりのしもんでん | 牛乳 | とりのしもんでん | 甘辛ぶた丼 春雨とほたてのスープ パインゼリー【学配】 | ★ぎゅうにゅう、ぶたにく、★かまぼこ(小麦・卵・乳不使用)、★ほたて | ごはん、いとこん、さとう、かたくりこ、ごまあぶら、はるさめ、(3)ストパインゼリー | にんにく、ごぼう、たまねぎ、ほししいたけ、ねぎ、チンゲンサイ、しょうが |
| 27木 | とりのしもんでん | 牛乳 | とりのしもんでん | さけの揚げ煮 中華サラダ かつおだし香る鶏ごぼうスープ | ★ぎゅうにゅう、とりにく、とうふ、★さけ、ポークハム(小麦・卵・乳不使用) | ごはん、かたくりこ、あぶら、さとう、はるさめ、あぶら、ごまあぶら | ごぼう、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、こまつな、しょうが、もやし、★きゅうり、ホールコーン |
| 28金 | とりのしもんでん | 牛乳 | とりのしもんでん | コーングラタン 白花豆ペーストのサラダ ミネストローネ | ★ぎゅうにゅう、ベーコン(小麦・卵・乳不使用)、★チーズ、しるはなまめピューレ | ★米粉パン、じゃがいも、オリーブオイル、コーングラタン(小麦・卵・乳不使用)、グルテンフリーパスタ、じゃが芋、エッグマヨネーズ(小麦・卵・乳不使用) | キャベツ、たまねぎ、にんじん、にんにく、トマトみず、ホールコーン |

※ごはんは、南陽市産はえぬき一等米を使用しています

※材料等の都合により、献立を一部変更することがあります