

4月 予定献立表(小学校)



2022年4月
西会津町給食センター

日	献立名	体をつくる		体の調子を整える		体のエネルギーになる		調味料 だし等	E: Iたんぱく質 F: 脂質	P: たんぱく質 塩: 食塩	家で食べてほしい食品
		1群	2群	3群	4群	5群	6群				
6 (水)	入学式 & 1学期始業式										
7 (木)	ポークカレーライス キャベツとウインナーのソテー アセロラゼリー	豚肉 ウインナー 大豆	牛乳 チーズ 小松菜	にんじん 小松菜	にんにく 玉ねぎ キャベツ アセロラ	米 砂糖 じゃがいも	油	しょうゆ 塩 こしょう カレールウ	E: 674 kcal F: 19.0 g	P: 21.4 g 塩: 2.4 g	魚介類
8 (金)	赤飯 ごま塩 ハンバーグ 菜の花のおひたし こつゆ お祝いさくらゼリー	豚肉 鶏肉 かつお節 ほたて	牛乳 チーズ 小松菜	にんじん 菜の花 いんげん	キャベツ 玉ねぎ こんにゃく しいたけ きくらげ	赤飯 砂糖 豆麩 小麦粉 パン粉 里いも	油 ごま	しょうゆ 塩 ソース ケチャップ	E: 639 kcal F: 15.2 g	P: 26.9 g 塩: 2.4 g	豆製品
9 (土)	★入学お祝い献立★ 小学1年生の小学校入学と、中学1年生の中学校入学をお祝いする献立です。										
11 (月)	ごはん とり肉のからあげ 切干大根のおかかあえ たけのこのみそ汁	鶏肉 豆腐 油あげ みそ かつお節	牛乳	にんじん ほうれん草	しょうが にんにく 切干大根 もやし たけのこ 長ねぎ	米 じゃがいも 片栗粉	油	しょうゆ 酒 昆布 煮干し	E: 616 kcal F: 18.0 g	P: 24.5 g 塩: 1.9 g	卵
12 (火)	バターロール オムレツ キャベツとコーンのサラダ クリームシチュー	鶏肉 卵 チーズ 生クリーム スキムミルク	牛乳 チーズ	にんじん	キャベツ コーン 玉ねぎ きゅうり 枝豆	バターロール 砂糖 じゃがいも	油 ごま油	しょうゆ こしょう 酢 塩 ケチャップ シチュールー	E: 662 kcal F: 23.5 g	P: 24.6 g 塩: 2.5 g	豆製品
13 (水)	ごはん しゅうまい ホイコーロー わかめスープ	豚肉 鶏肉 豆腐	牛乳 わかめ	にんじん	にんにく しょうが キャベツ 玉ねぎ 長ねぎ コーン	米 砂糖 小麦粉 片栗粉	油 ごま	しょうゆ 酒 塩 こしょう 豆板醤 マヨネーズ 中華スツ	E: 646 kcal F: 18.6 g	P: 26.6 g 塩: 2.2 g	魚介類
14 (木)	ごはん さばのみそ煮 きのこあえ けんちん汁	豆腐 油あげ みそ さば かつお節	牛乳	にんじん 小松菜	しょうが ごぼう 大根 キャベツ 長ねぎ しめじ えのき	米 砂糖 砂糖 じゃがいも	油	しょうゆ 酒 みりん 塩 昆布 かつお節	E: 638 kcal F: 18.5 g	P: 25.5 g 塩: 2.4 g	肉
15 (金)	わかめごはん 春巻き ひじきサラダ チャプスイ	豚肉 大豆 ツナ なたと うずら卵	牛乳 わかめ	にんじん いんげん にら	にんにく 玉ねぎ キャベツ たけのこ しいたけ	米 砂糖 片栗粉 春雨 小麦粉	油 ごま油	しょうゆ みりん 酢 塩 こしょう 中華スツ	E: 631 kcal F: 21.0 g	P: 22.4 g 塩: 2.5 g	魚介類
18 (月)	繰替休業日										
19 (火)	◎食育の日献立◎ 西会津中学校1年生が考えた「キクタケキャベツのピリ辛炒め」が登場します♪ レシピは西会津町のカレンダーをご覧ください!										
19 (火)	ごはん ささみ磯辺フライ キクタケキャベツのピリ辛炒め なめこ汁	鶏肉 豚肉 大豆 豆腐 みそ	牛乳 青のり	にんじん	にんにく 長ねぎ キャベツ 大根 たけのこ きくらげ なめこ	米 小麦粉 パン粉 片栗粉	油	酒 ソース 豆板醤 オイスターソース 昆布 煮干し	E: 653 kcal F: 17.0 g	P: 28.7 g 塩: 1.9 g	卵
20 (水)	ごはん さわらのごまみそ焼き 切昆布の炒め煮 かきたま汁	豚肉 鶏肉 さわら かき卵	牛乳 昆布	にんじん ほうれん草	ごぼう 玉ねぎ 枝豆	米 砂糖 水あめ 片栗粉	油 ごま	しょうゆ みりん 塩 トマトピューレ 昆布 かつお節	E: 624 kcal F: 16.8 g	P: 28.4 g 塩: 2.3 g	豆製品
21 (木)	ねぎみそ豚丼 磯あえ わかめ汁 日向夏	豚肉 豆腐 みそ 高野豆腐	牛乳 のり わかめ	にんじん 小松菜	しょうが 玉ねぎ もやし 大根 枝豆 長ねぎ こんにゃく しいたけ 日向夏	米 砂糖 じゃがいも	油 ごま油	しょうゆ 酒 みりん 昆布 煮干し	E: 616 kcal F: 12.9 g	P: 26.5 g 塩: 2.4 g	魚介類
22 (金)	しょうゆラーメン 蒸ししょうざ ナムル いちごゼリー	豚肉 鶏肉 大豆 なたと	牛乳	にんじん 小松菜 なら	しょうが にんにく 玉ねぎ 長ねぎ ほうれん草 キャベツ もやし いちご	中華めん 砂糖 小麦粉	油 ごま ごま油	しょうゆ 酒 こしょう 鶏豚湯 マヨネーズ 中華スツ	E: 623 kcal F: 14.8 g	P: 29.2 g 塩: 2.8 g	豆製品
25 (月)	ごはん とりつくね 切干大根のごまネーズ和え 豚汁	豚肉 ハム 鶏肉 大豆 豆腐 みそ	牛乳	にんじん くきたち	玉ねぎ もやし 大根 長ねぎ 切干大根	米 砂糖 小麦粉 パン粉 じゃがいも	ごま ノンエッグ マヨネーズ	しょうゆ みりん 昆布 煮干し	E: 645 kcal F: 23.9 g	P: 24.4 g 塩: 1.8 g	卵
26 (火)	ホットドッグ キムチ春雨スープ ヨーグルト	ウインナー 豚肉	牛乳 ヨーグルト	にんじん	キャベツ もやし たけのこ 長ねぎ しいたけ	パン 春雨	油	しょうゆ 塩 中華スツ 牡の素 ケチャップ	E: 603 kcal F: 21.2 g	P: 26.8 g 塩: 2.3 g	魚介類
27 (水)	ごはん あじフライ キャベツのおひたし じゃがいものみそ汁	豆腐 みそ 油あげ あじ かつお節	牛乳	にんじん くきたち	キャベツ 玉ねぎ 長ねぎ	米 じゃがいも	油	しょうゆ ソース 昆布 煮干し	E: 645 kcal F: 17.6 g	P: 23.2 g 塩: 1.6 g	肉
28 (木)	★食の旅献立★ 全国各地の郷土料理や特産物を食べて旅行気分を味わいましょう! 今月は熊本県です♪ 高菜めし 厚焼きたまご ごぼうサラダ タイピーエン	豚肉 ハム いか 卵	牛乳	にんじん 小松菜 高菜	ごぼう キャベツ コーン 玉ねぎ もやし 枝豆 きくらげ しょうが	米 砂糖 春雨	ごま ごま油 ノンエッグ マヨネーズ	しょうゆ 酒 塩 こしょう 鶏豚湯 中華スツ	E: 626 kcal F: 18.3 g	P: 23.7 g 塩: 1.9 g	豆製品
29 (金)	昭和の日										

- ★ 材料、その他の都合により、献立の一部が変更になることがあります。あらかじめご了承ください。
- ★ 西会津町給食センターでは、西会津町産の食材を使用しています。使用品目については、子どもたちに後日連絡いたします。
- ★ 食物アレルギー対応として、卵を含まない練り製品・ハム・ベーコン・ウインナー、ノンエッグマヨネーズを使用しています。
- ★ 給食の試食を希望される方は、1週間前までにご連絡ください。なお、先着20名様までとさせていただきます。(TEL 48-1154)

6日(水)
給食はありません

