



4月献立予定表



| 日 | 曜日 | 献立名 | | | 主にエネルギーのもとになる食品 | | 主に体をつくるもとになる食品 | | 主に体の調子を整えるもとになる食品 | | エネルギー (kcal) | |
|----|----|----------------------------|----|--|----------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|---------------------------|-------------------------------|---|--------------|-----|
| | | 主食等・スプーン | 牛乳 | おかず | 穀類・いも・さとう | 油脂・種実 | 肉・魚・卵・豆・豆製品 | 牛乳・乳製品・小魚・海藻 | 緑黄色野菜 | その他の野菜 くだもの・きのこ | 小学校 | 中学校 |
| 8 | 月 | 麦ごはん | 🏠 | さけの照り焼き 小松菜とちりめんのごまあえ 豚汁 | 米 大麦 砂糖 でん粉 さつまいも | 油 ごま | さけ 豚肉 みそ | 牛乳 ちりめん | 小松菜 にんじん 葉ねぎ | しょうが もやし キャベツ ごぼう だいこん たまねぎ | 607 | 761 |
| 9 | 火 | 小型コッペパン | 🏠 | ミートスパゲティ ブロッコリーサラダ はっさく | コッペパン スパゲティ 砂糖 | 油 | 牛肉 豚肉 ハム 大豆 | 牛乳 | にんじん ブロッコリー | にんにく たまねぎ コーン キャベツ エリンギ はっさく グリンピース | 587 | 751 |
| 10 | 水 | 春の香りずし& きんし卵 | 🏠 | かぼちゃのてんぷら 春キャベツのごまあえ 月菜汁 | 米 白玉だんご 砂糖 てんぷら粉 | 油 ごま | 油揚げ 卵 高野豆腐 | 牛乳 ちりめん | にんじん かぼちゃ ほうれん草 葉ねぎ | 葉ごぼう 干しいたけ キャベツ えのきたけ たまねぎ たけのこ | 625 | 811 |
| 11 | 木 | 黒糖パン | 🏠 | たけのこ鶏肉のチリソース煮 ビーフンスープ ヨーグルト | 黒糖パン でん粉 砂糖 ビーフン | 油 | 鶏肉 うずら卵 豚肉 あさり | 牛乳 ヨーグルト | にんじん 葉ねぎ チンゲンサイ アスパラガス | にんにく きくらげ しょうが 太ねぎ たまねぎ たけのこ | 626 | 799 |
| 12 | 金 | オリーブ豚の カレーライス (麦ごはん) | 🏠 | ひじきのマリネ いちご | 米 大麦 じゃがいも 小麦粉 砂糖 | 油 バター | 豚肉 ベーコン ハム | 牛乳 脱脂粉乳 粉チーズ ひじき | にんじん たまねぎ にんにく きゅうり | エリンギ りんご いちご | 614 | 782 |
| 15 | 月 | 麦ごはん | 🏠 | 豚肉のしょうがいため 小松菜のアーモンドあえ 豆腐のみそ汁 | 米 大麦 砂糖 でん粉 | 油 アーモンド | 豚肉 豆腐 みそ 油揚げ | 牛乳 | 小松菜 にんじん 葉ねぎ | しょうが キャベツ たまねぎ | 584 | 744 |
| 16 | 火 | さぬきの夢パン いちごジャム | 🏠 | カレービーンズ マカロニサラダ いりごとアーモンドのオリーブオイル | 全粒粉パン 砂糖 じゃがいも マカロニ いちごジャム | 油 アーモンド オリーブ油 エッグフリーマ ヨネーズ | 鶏肉 ハム 大豆 | 牛乳 かえり | にんじん たまねぎ きゅうり しめじ | コーン | 650 | 814 |
| 17 | 水 | 発芽玄米ごはん 🍴 幼と小1・2年のみ | 🏠 | 麻婆豆腐 バンバンジーサラダ 【中】ミニトマト | 米 発芽玄米 砂糖 でん粉 春雨 | 油 ごま油 ごま バンバンジード レッシング | 豆腐 豚肉 大豆 みそ 鶏肉 | 牛乳 | にんじん にら 葉ねぎ 【中】ミニトマト | しょうが たまねぎ しいたけ きくらげ きゅうり コーン | 603 | 772 |
| 18 | 木 | 🍷 カミカミデー コッペパン | 🏠 | ささみのレモンソース かみかみサラダ 春野菜のスープ | コッペパン でん粉 砂糖 じゃがいも | 油 ごま | 鶏肉 さきいか ハム ベーコン | 牛乳 | にんじん パセリ | ごぼう コーン セロリー キャベツ レモン たまねぎ | 589 | 745 |
| 19 | 金 | 🍡 食育の日 赤飯 | 🏠 | さわらの塩焼き 春キャベツのゆず香あえ ふしめん汁 お祝いデザート | 米 もち米 砂糖 ふしめん お祝いデザート | 油 | 小豆 さわら かつお節 豆腐 油揚げ | 牛乳 | ほうれん草 にんじん 葉ねぎ | だいこん キャベツ ゆず たまねぎ | 625 | 744 |
| 22 | 月 | 🍡 丸亀の日 麦ごはん | 🏠 | 白身魚の香味揚げ 小松菜のごまドレッシングあえ かきたま汁 | 米 大麦 砂糖 でん粉 | 油 ごま | メルルーサー 豆腐 卵 | 牛乳 あおのり | 小松菜 にんじん 葉ねぎ | しょうが もやし にんにく きゅうり しいたけ たまねぎ コーン | 611 | 775 |
| 23 | 火 | 🍴 コッペパン | 🏠 | うずら卵とチンゲンサイのクリーム煮 元気サラダ ココアビーンズ | コッペパン じゃがいも 小麦粉 砂糖 でん粉 | 油 | 鶏肉 あさり ハム うずら卵 大豆 かつおぶし | 牛乳 脱脂粉乳 昆布 | にんじん チンゲンサイ | たまねぎ コーン きゅうり キャベツ しめじ | 609 | 770 |
| 24 | 水 | 🍴 わかめごはん | 🏠 | とり肉のてり焼き 五目サラダ たけのこの土佐煮 | 米 大麦 でん粉 砂糖 こんにやく | 油 ごま エッグフリーマ ヨネーズ | 鶏肉 かつお節 白てんぷら ちくわ | 牛乳 わかめ | にんじん アスパラガス | しょうが キャベツ たけのこ しめじ 枝豆 | 609 | 757 |
| 25 | 木 | 🍴 米粉パン | 🏠 | 春野菜のポトフ 小煮干しとアーモンドの揚げ煮 いちご入りフルーツポンチ 【中】キャンディチーズ | 米粉パン じゃがいも 砂糖 カクテルゼリー | 油 アーモンド | 鶏肉 ウインナー | 牛乳 かえり 【中】チーズ | にんじん チンゲンサイ パセリ | セロリ キャベツ たまねぎ しめじ いちご パイン みかん 黄桃 | 635 | 841 |
| 26 | 金 | 🍴 ごはん | 🏠 | 豚肉とじゃがいもの煮物 小いわしのフライ キャベツの昆布あえ | 米 じゃがいも こんにやく 砂糖 | 油 ごま | 豚肉 | 牛乳 塩昆布 ちりめん 小いわし | にんじん 小松菜 | たまねぎ グリンピース キャベツ | 665 | 821 |
| 29 | 月 | 昭和の日 | | | | | | | | | | |
| 30 | 火 | 🍴 コッペパン | 🏠 | アスパラ入りクリームシチュー ひじきとツナのサラダ 小えびのから揚げ | コッペパン じゃがいも 小麦粉 砂糖 でん粉 | 油 バター 和風ごまド レッシング | 鶏肉 ツナ 小えび | 牛乳 脱脂粉乳 ひじき | にんじん チンゲンサイ アスパラガス | たまねぎ エリンギ セロリ しめじ キャベツ きゅうり コーン | 615 | 780 |

【かがわ印給食ウィーク】(8日~12日)香川県でとれた農水畜産物を使った学校給食を提供する取組の週間。

*献立は、材料その他の都合により変更することがあります。

*エネルギーは、小学校4年生(基準値630Kcal・中学校2年生820Kcal)の値です。

今月はこれを
使うのじゃ!



丸亀市産食材

小松菜 チンゲン菜 にんにく 葉ねぎ ほうれん草 セロリ 白ねぎ
葉ごぼう パセリ アスパラガス ミニトマト はっさく

香川県産の食材

米 大麦 牛乳 卵 米粉パン さぬきの夢パン オリーブ豚 とり肉 かえり
ちりめん 小いわし きくらげ たけのこ 大根 キャベツ みかん(缶) いちご