

2021年度



4月献立表

給食		4月		材料	朝 おやつ	おやつ
1	木	ごはん チンジャオロース もやしのナムル ふかし芋 みそ汁		精白米 牛肉 茹で竹の子 にんじん ビーマン 赤パプリカ 料理酒 片栗粉 サラダ油 オイスターソース 砂糖 食塩 しょうゆ ごま油 ほうれん草 もやし 白ごま さつまいも わ かめ 青葱 みそ 削り節 こんぶ 牛乳 ホットケーキミックス 豆乳 ココア	ブルー	牛乳 マーブル蒸しパン
2	金	ふりかけごはん タラの香草マヨ焼き 納豆和え ブロッコリーのごま酢和え すまし汁		精白米 ふりかけ タラ たまねぎ 青のり サラダ油 薄力粉 マヨドレ 食塩 はくさい ほうれん草 にんじん 納豆 塩昆 布 しょうゆ ブロッコリー 砂糖 酢 白ごま えのき みつば 削り節 こんぶ 牛乳 食パン マーガリン 粉チーズ	カミカミ昆布	牛乳 カルシウムラスク
5	月	ごはん 肉じゃがのカレー風味 枝豆サラダ じゃこのマリネ みそ汁		精白米 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく いんげん サラダ油 砂糖 しょうゆ みりん カレー粉 えだま め わかめ キャベツ ごま油 米酢 食塩 ちりめん 白ごま なめこ オクラ みそ 削り節 こんぶ 牛乳 白玉粉 みかん 缶 パイン缶	カミカミ昆布	牛乳 フルーツ白玉
6	火	ごはん さわらのカレームニエル きんぴらごぼう すまし汁 オレンジ		精白米 さわら 食塩 こしょう 薄力粉 カレー粉 マーガリン ウスターソース ケチャップ ごぼう にんじん ビーマン 干し しいたけ 糸こんにゃく 白ごま しょうゆ 砂糖 サラダ油 木 綿豆腐 青葱 削り節 こんぶ オレンジ 牛乳 ホットケーキ ミックス りんご	キャンディーチー ズ	牛乳 りんごケーキ
7	水	ごはん 肉じゃが 枝豆サラダ 昆布のおかか煮 みそ汁		精白米 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく いんげん サラダ油 砂糖 しょうゆ みりん 枝豆 わかめ キャベツ ごま油 酢 食塩 こんぶ 削り節 なめこ 青ねぎ みそ 牛乳 粉寒天 みかん缶 パイン缶	いわしっこ	牛乳 フルーツミルク寒天
8	木	ミートスパゲティ コンソメスープ りんご		スパゲティ 合ミンチ たまねぎ にんじん グリーンピース にんにく サラダ油 トマト缶 ケチャップ ウスターソース コ ンソメ 砂糖 食塩 キャベツ だいこん しめじ しょうゆ パセ リ りんご 牛乳 精白米 もち米 きな粉	ブルー	牛乳 きな粉おはぎ
9	金	ごはん 豚肉の梅干し煮 コーンサラダ ブロッコリーのごま和え みそ汁		精白米 豚肉 たまねぎ サラダ油 梅干し しょうゆ みりん 砂 糖 キャベツ コーン にんじん 食塩 酢 ブロッコリー 白ご ま 木綿豆腐 青葱 みそ 削り節 こんぶ 牛乳 りんご缶 ホットケーキミックス 豆乳	カミカミ昆布	牛乳 りんごスコーン
12	月	ふりかけごはん アジのパン粉焼き 春雨の酢の物 煮豆 すまし汁		精白米 ふりかけ アジ マヨドレ 食塩 パン粉 青のり 春雨 キャベツ にんじん 白ごま 酢 砂糖 大豆 しょうゆ しめじ にら 削り節 こんぶ 牛乳 オレンジジュース クールゼリー の素	カミカミ昆布	牛乳 みかんゼリー
13	火	ピビンバ 中華スープ バナナ		精白米 豚ミンチ にんにく しょうが ほうれん草 にんじん もやし コーン缶 サラダ油 しょうゆ 砂糖 白ごま ごま油 はくさい たまねぎ えのき 鶏ガラスープの素 バナナ 牛 乳 薄力粉 粉チーズ マーガリン	キャンディーチー ズ	牛乳 チーズポッキー
14	水	ごはん 唐揚げ マカロニサラダ ブロッコリーのゆかり和え みそ汁		精白米 鶏もも肉 しょうが にんにく 食塩 こしょう しょうゆ みりん 片栗粉 サラダ油 マカロニ キャベツ にんじん 砂 糖 酢 マヨドレ ブロッコリー ゆかり たまねぎ かぼちゃ 青 葱 みそ 削り節 こんぶ 牛乳 ヨーグルト みかん缶 パイン 缶	いわしっこ	牛乳 フルーツヨーグルト
15	木	ごはん タンドリーチキン もやしのごま和え コーンソテー みそ汁		精白米 鶏もも肉 ヨーグルト ケチャップ ウスターソース カレー粉 食塩 砂糖 しょうが にんにく もやし にんじん 白ごま しょうゆ コーン マーガリン 木綿豆腐 青葱 みそ 削り節 こんぶ 牛乳 玉ねぎ シーチキン ホットケーキミッ クス マヨドレ	ブルー	牛乳 オニオンパン

16	金	ハヤシライス フルーツサラダ キャンディチーズ	精白米 豚肉 たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース トマト 缶 ハヤシルウ ケチャップ ウスターソース 砂糖 コンソメ パイン缶 みかん缶 キャベツ きゅうり サラダ油 酢 キャンディチーズ 牛乳 さつまいも	カミカミ昆布	牛乳 蒸しいも	
19	月	ごはん サワラの西京焼き 切干大根煮 すまし汁 オレンジ	精白米 さわら みそ 砂糖 料理酒 みりん 切干しだいこん にんじん いんげん うす揚げ サラダ油 しょうゆ おつゆふ わかめ 削り節 こんぶ 食塩 オレンジ 牛乳 ホットケーキミックス	カミカミ昆布	牛乳 マフィン	
20	火	ごはん 豚肉のごまだれ炒め ひじきの三杯酢 トマト みそ汁	精白米 豚肉 白ごま たまねぎ にんじん 砂糖 しょうゆ みりん 料理酒 サラダ油 ひじき きゅうり コーン 酢 トマト キャベツ 青葱 みそ 削り節 こんぶ 牛乳 おつゆふ マーガリン グラニュー糖	キャンディチーズ	牛乳 ふのラスク	
21	水	ごはん サケの南蛮漬け ブロッコリーの酢みそ和え すまし汁 オレンジ	精白米 さけ 食塩 こしょう 片栗粉 サラダ油 しょうが 濃口しょうゆ 砂糖 米酢 シーチキン にんじん ブロッコリー じゃがいも コーン みそ えのき みつば 薄口しょうゆ 削り節 こんぶ オレンジ 牛乳 さつまいも マーガリン	いわしっこ	牛乳 スイートポテト	
22	木	ごはん 鶏のさっぱり煮 コーンサラダ じゃこのマリネ みそ汁	精白米 鶏もも肉 酢 しょうゆ 砂糖 キャベツ コーン にんじん サラダ油 食塩 かえりちりめん みりん 白ごま だいこん 青葱 みそ 削り節 こんぶ 牛乳 食パン いちごジャム	ブルー	牛乳 いちごジャムサンド	
23	金	味噌煮込み風うどん ちくわともやしの磯辺和え バナナ	うどん 豚肉 はくさい にんじん しいたけ 青葱 みりん しょうゆ 砂糖 みそ 食塩 もやし ピーマン 焼き竹輪 きざみのり バナナ 牛乳 玉ねぎ にんじん ほうれん草 ベーコン チーズ ホットケーキミックス	カミカミ昆布	牛乳 ケーキサクレ	
26	月	ごはん サケのみそマヨドレ焼き 野菜の酢の物 昆布のおかか煮 すまし汁	精白米 さけ みそ マヨドレ きゅうり にんじん キャベツ 砂糖 酢 食塩 白ごま こんぶ 削り節 えのき みつば しょうゆ 牛乳 ホットケーキミックス マーガリン ミルクココア	カミカミ昆布	牛乳 ココアケーキ	
27	火	ロールパン パンプキンシチュー 鶏肉のマーマレード焼き オレンジ	ロールパン かぼちゃ たまねぎ にんじん しめじ ブロッコリー コーン 牛乳 サラダ油 シチューミックス 鶏もも肉 マーマレード しょうゆ オレンジりんごジュース みかん缶 パイン缶 クールゼリーの素	キャンディチーズ	牛乳 スペシャルりんごゼリー	
28	水	ごはん 松風焼き きんぴらごぼう すまし汁 オレンジ	精白米 鶏ミンチ たまねぎ にんじん 料理酒 しょうが 砂糖 みそ 片栗粉 白ごま 青のり ごぼう ピーマン 干しいたけ 糸こんにゃく サラダ油 しょうゆ えのき みつば 食塩 削り節 こんぶ オレンジ 牛乳 食パン レモン汁 マーガリン	いわしっこ	牛乳 レモンラスク	
29	木	昭和の日				
30	金	ふりかけごはん タラのコーンマヨネーズ焼き もやしのごま和え きゃべつの浅漬け すまし汁	精白米 ふりかけたら 食塩 こしょう 上新粉 マヨドレ クリームコーン 粉チーズ もやし にんじん たら 白ごま 砂糖 しょうゆ キャベツ 米酢 えのき みつば 削り節 こんぶ 牛乳 ももジュース クールゼリーの素	カミカミ昆布	牛乳 ももゼリー	