



2024

4月の学校給食献立予定表

大洲市学校給食センター

材料の種類と体内ではたらか			エネルギー	カルシウム
あかの食品	みどりの食品	きの食品	小学校 (3-4年)	小学校 (3-4年)
血や肉や骨になる	体の調子を整え病気を防ぐ	はたらく力や体温となる	中学校	中学校

日曜	配膳図	献立名	献立内容	エネルギー	カルシウム	献立番号	献立番号
9	はるさめサラダ、ささみフライ、ぶた、じり	白ごはん 牛乳、ささみフライ、はるさめサラダ、ぶた汁	牛乳、とり肉、油、砂糖、パン粉、でん粉、寒天、きゅうり、もやし、にんじん、たまねぎ、しいたけ、赤ピーマン、にんにく、しょうが、こんにゃく	644	325	815	353
10	マカロニサラダ、ハムとひじきの、かきあげ、けんちん、じり	白ごはん 牛乳、ハムとひじきの、かきあげ、マカロニサラダ、けんちん汁	牛乳、ハム、卵、乳、たまねぎ、にんじん、とうもろこし、寒天、キャベツ、きゅうり、とうもろこし、いよかん果汁、小麦粉、砂糖、ハチミツ、油、とり肉、油あげ、ごぼう、にんじん、だいこん、しめじ、ねぎ	618	280	758	294
11	アスパラガスサラダ、ハンバーグ、てりやきソース、ミネストローネ	コッペパン 牛乳、ハンバーグてりやきソース、アスパラガスサラダ、ミネストローネ	牛乳、脱脂粉乳、とり肉、乳、たまねぎ、アスパラガス、キャベツ、きゅうり、レモン果汁、ゆず果汁、ウインナー、乳、たまねぎ、にんじん、大豆、トマト	607	333	767	365
12	わかめのすのもの、ちぐさやき、にく、じゃが	白ごはん 牛乳、ちぐさやき、わかめすのもの、肉じゃが	牛乳、卵、豆腐、小松菜、にんじん、たけのこ、しいたけ、キャベツ、もやし、にんじん、たまねぎ、にんじん、グリーンピース	611	303	752	323
15	ツナこんぶあえ、ぶたにくの、しょうがいため、すまし、じり	白ごはん 牛乳、ぶた肉の、しょうがいため、ツナこんぶあえ、すまし汁	牛乳、ぶた肉、しょうが、たまねぎ、にんじん、にんにく、こんぶ、マグロ、キャベツ、きゅうり、とうふ、かまぼこ、卵、えのきたけ、にんじん、ねぎ	605	311	743	331
16	レモンあえ、かぼちゃひき肉フライ、ごもく、きんぴら	白ごはん 牛乳、かぼちゃひき肉フライ、レモンあえ、ごもくきんぴら	牛乳、ぶた肉、かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、だいこん、にんじん、レモン果汁、ぶた肉、ごぼう、れんこん、にんじん、さやいんげん、てんぷら、卵	654	298	827	318
17	こぶくろマヨネーズ、ポテトサラダ、すりみあげ、わかめ、スープ	白ごはん 牛乳、すりみあげ、ポテトサラダ、小袋マヨネーズ、わかめスープ	牛乳、タイ、ひじき、たまねぎ、とうもろこし、きゅうり、にんじん、卵、とうふ、わかめ、たまねぎ、にんじん、たけのこ、えのきたけ、ねぎ	620	316	762	342
18	キャベツのしそあえ、はるまき、にく、うどん	小型パン 牛乳、はるまき、キャベツのしそあえ、肉うどん	牛乳、脱脂粉乳、はるまき、キャベツ、しそ、肉、ぶた肉、油あげ	18			
19	たかあんあえ、ちくわのいそべあげ、さわに、わん	おいわいクレープ、たかあんあえ、ちくわのいそべあげ、さわにわん、クレープ	牛乳、白ごはん、牛乳、ちくわ、卵、青のり、とうもろこし、キャベツ、きゅうり、だいこん、うめ、とり肉、油あげ、にんじん、だいこん、しめじ、ねぎ、いちご、豆乳、大豆粉	19		664	349
22	かいそうサラダ、ポークシューマイ、いり、どうふ	白ごはん 牛乳、ポークシューマイ、かいそうサラダ、いりどうふ	牛乳、白ごはん、ポーク、ぶた肉、たまねぎ、しょうが、パン粉、でん粉、砂糖、小麦粉、水あめ、わかめ、こんにゃく、きゅうり、キャベツ、しそ、ふのり、すぎのり、とうふ、ぶた肉、とり肉、にんじん、たまねぎ、しいたけ、グリーンピース	22		808	374
23	ごしきあえ、サバのしおやき、あつあげの、みそしる	白ごはん 牛乳、サバのしおやき、五色あえ、あつあげのみそ汁	牛乳、白ごはん、サバ、油あげ、キャベツ、にんじん、きゅうり、しいたけ、あつあげ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、みそ	23		650	361
24	ブロッコリーサラダ、オムレツ、チキン、カレー	白ごはん 牛乳、オムレツ、ブロッコリーサラダ、チキンカレー	牛乳、白ごはん、卵、ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、たまねぎ、レモン果汁、にんじん、たまねぎ、にんにく、グリーンピース、しょうが、トマト、じゃがいも、油、小麦粉、砂糖	24		659	374
25	シャキシャキサラダ、ポテトのチーズやき、コンソメ、スープ	黒糖パン 牛乳、ポテトのチーズやき、シャキシャキサラダ、コンソメスープ	牛乳、脱脂粉乳、パン、砂糖、油、黒砂糖、ベーコン、卵、乳、たまねぎ、じゃがいも、油、バター、小麦粉、生クリーム、砂糖、でん粉、れんこん、とうもろこし、えだまめ、砂糖、ごま油、とり肉	25		739	435
26	おひたし、メンチカツ、きりぼしだいこんの、にもの	白ごはん 牛乳、メンチカツ、おひたし、切干大根の煮物	牛乳、白ごはん、とり肉、ぶた肉、卵、脱脂粉乳、キャベツ、もやし、ほうれんそう、だいこん、にんじん、グリーンピース	26		674	364
30	おかかあえ、ささみのレモンに、はるさめ、スープ	白ごはん 牛乳、ささみのレモン煮、おかかあえ、はるさめスープ	牛乳、白ごはん、とり肉、ささみ、たまねぎ、とうもろこし、レモン果汁、でん粉、油、砂糖、キャベツ、きゅうり、もやし、もやし、にんじん、ねぎ、はるさめ、たけのこ、たまねぎ	30		625	269
						769	278

*材料の都合により、献立、材料を変更する場合がありますが、ご了承ください。