



# こんだてよていひょう

令和5年4月 大槌町学校給食センター

日	献立名	エネルギーのもとになる	からだをつくる 体をつくる	からだ ちょうし 体の調子をととのえる	日	献立名	エネルギーのもとになる	からだをつくる 体をつくる	からだ ちょうし 体の調子をととのえる
10 (月)	しょくパン ブルーベリー&マーガリン ぎゅうにゅう とりにくとやさいのトマトソース ブロッコリーサラダ ジュリエンスープ	◎パン ジャム マーガリン オリーブゆ さとう	◎ぎゅうにゅう ◎とりにく チーズ ◎ウインナー ◎ぶたにく	にんじん きゅうり たまねぎ キャベツ ピーマン パプリカ とうもろこし セロリ ブロッコリー はくさい えのき パセリ	19 (水)	ごはん ぎゅうにゅう <b>食育の日</b> チーズメンチカツ すきこんぶのもの みそしる	◎こめ パンこ あぶら さとう	◎ぎゅうにゅう だいす ◎とりにく みそ チーズ こうやどうふ すきこんぶ さつまあげ	たまねぎ キャベツ にんじん えのき こんにゃく ◎ねぎ えだまめ ほうれんそう
11 (火)	ごはん ぎゅうにゅう にくだんご こうやどうふのもの みそしる	◎こめ パンこ あぶら さとう じゃがいも	◎ぎゅうにゅう みそ とりにく ◎ぶたにく こうやどうふ あぶらあげ	にんじん ほうれんそう ごぼう ★ねぎ たけのこ たまねぎ いんげん えのき	20 (木)	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのごまだれかけ キャベツのふくめに ごもくスープ ジュシーフルーツ	◎こめ りょくとうほるさめ ごま さとう かたくりこ あぶら	◎ぎゅうにゅう ◎ぶたにく さつまあげ ◎とりにく あぶらあげ	★ねぎ こんにゃく しょうが はくさい キャベツ たけのこ にんじん ◎しいたけ たまねぎ ジューシーフルーツ
12 (水)	ごはん ぎゅうにゅう コーンコロケ あつあげとやさいのみそいため さわにわん ジュシーフルーツ	◎こめ こむぎこ パンこ あぶら	◎ぎゅうにゅう あぶらあげ ◎とりにく あつあげ みそ ◎ぶたにく	とうもろこし えだまめ しょうが ごぼう たまねぎ だいこん キャベツ ◎しいたけ にんじん ★ねぎ ジュシーフルーツ	21 (金)	むぎごはん ぎゅうにゅう チキンナゲット カレー フルーツヨーグルト	◎こめ むぎ じゃがいも こむぎこ カレールー	◎ぎゅうにゅう とりにく ◎ぶたにく ◎ヨーグルト だっしふんにゅう	にんじん おうとう たまねぎ はくとう グリーンピース ラ・フランス にんにく みかん りんご
13 (木)	ごはん ぎゅうにゅう とりのてりやき きんぴらごぼう みそしる あおりんごゼリー	◎こめ さとう あぶら ゼリー	◎ぎゅうにゅう みそ ◎とりにく とうふ ★わかめ あぶらあげ	しょうが キャベツ ごぼう ★ねぎ たけのこ にんじん こんにゃく	25 (火)	ごはん ぎゅうにゅう チキンみそカツ にくじゃが みそしる オレンジ	◎こめ さとう ごま パンこ あぶら じゃがいも	◎ぎゅうにゅう とりにく ◎ぶたにく みそ とうふ	にんじん はくさい たまねぎ えのき こんにゃく ◎ねぎ いんげん オレンジ ほうれんそう
14 (金)	ごはん ぎゅうにゅう さけのうめみそやき ほうれんそうとツナのあえもの ひつつみ	◎こめ こむぎこ じゃがいも	◎ぎゅうにゅう あぶらあげ さけ みそ ツナ ◎とりにく	うめ にんじん ほうれんそう だいこん キャベツ こんにゃく にんじん ★ねぎ ごぼう	26 (水)	ごはん ぎゅうにゅう さばのてりやき キャベツのあえもの とんじる	◎こめ さとう じゃがいも	◎ぎゅうにゅう あぶらあげ ★さば みそ とりにく ◎ぶたにく とうふ	しょうが だいこん キャベツ ごぼう こまつな はくさい しめじ ◎ねぎ きゅうり こんにゃく
17 (月)	アップルパン ぎゅうにゅう しゅうまい ナポリタンスパゲティ だいこんととりにくのスープ	◎パン こむぎこ オリーブゆ さとう スパゲティ	◎ぎゅうにゅう ◎とりにく ぶたにく ◎ウインナー チーズ	パイナップル だいこん たまねぎ にんじん にんにく ブロッコリー ピーマン しめじ トマト	27 (木)	ごはん ぎゅうにゅう とりつくねやき ごまあえ みそしる プリン	◎こめ パンこ さとう ごま プリン	◎ぎゅうにゅう ★わかめ とりにく あぶらあげ ひじき みそ ちくわ とうふ	たまねぎ ◎ねぎ にんじん ほうれんそう ◎ちやし キャベツ
18 (火)	たけのこごはん ぎゅうにゅう はながたとうふハンバーグ さくらえびのあえもの すましじる さくらもち	◎こめ さとう あぶら さくらもち	◎ぎゅうにゅう なんと ◎とりにく あぶらあげ とうふ さくらえび	にんじん たまねぎ ごぼう りんご ◎しいたけ ◎ちやし たけのこ キャベツ グリーンピース こまつな とうもろこし ★ねぎ	28 (金)	ごはん ぎゅうにゅう ほうぎょうざ チキンサラダ はっぽうさい	◎こめ こむぎこ さとう あぶら かたくりこ	◎ぎゅうにゅう ◎ぶたにく とりにく いか うすらたまご	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん にら はくさい ブロッコリー いんげん とうもろこし しょうが たけのこ ねぎ ◎しいたけ きくらげ

★印は大槌町産です。 ◎印は岩手県産食材です。

※海産物や魚肉加工品には魚卵・えび・かになどのアレルギーが含まれる場合があります。  
※都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。