



4月分 学校給食こんだて表



小豆島町立学校給食センター

2024/4/1

日 曜	献立名	使用する食品名						調味料ほか		
		おもに体の組織をつくる(赤)		おもに体の調子を整える(緑)		おもにエネルギーとなる(黄)				
		1群 魚・肉・大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂			
始業式	8月	ひじきごはん・牛乳	とり肉	ひじき	にんじん		米 こんにゃく	オリーブ油	しょうゆ みりん だしの素	
	野菜のツナあえ	ツナ		こまつな にんじん	はくさい		さとう		しょうゆ ポン酢	
	すまし汁	かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ				しょうゆ (かつお節・こんにぶ)	
	豆乳プリンタルト						★タルト			
中学校 入学式	9月	牛丼(麦ごはん)・牛乳	牛肉	牛乳	にんじん	たまねぎ 根深ねぎ	米 麦 しらたき さとう		しょうゆ みりん	
	ほうれんそうのごまあえ			ほうれんそう	はくさい			ごま	しょうゆ	
	ヨーグルト		ヨーグルト							
中学校 1年生開始	10月	ごはん・牛乳		牛乳			米			
	ポークビーンズ	ぶた肉 ちくわ	大豆	にんじん	たまねぎ		じゃがいも さとう	オリーブ油	フイオン ケチャップ こしょう	
	カラフルサラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ コーン		さとう	オリーブ油	レモン汁 酢 塩 こしょう	
11月	11月	ごはん・牛乳		牛乳			米			
	さわらの西京焼き	さわら							みそ 酒 みりん	
	キャベツのこんぶあえ		塩吹き昆布	ほうれんそう	キャベツ			ごま ごま油		
	ふし汁	油揚げ	わかめ	ねぎ	たまねぎ		ふし		しょうゆ (煮干し・こんにぶ)	
12月	12月	ごはん・牛乳		牛乳			米			
	厚揚げと春雨のピリ辛炒め	ぶた肉 あつあげ		にら	根深ねぎ しょうが	にんにく	はるさめ さとう	ごま油 オリーブ油	フイオン しょうゆ トウバンジャン	
	こまつなのおかかあえ	かつお節		こまつな にんじん	キャベツ				しょうゆ	
15月	15月	ごはん・牛乳		牛乳			米			
	ハンバーグバーベキューソースかけ	ハンバーグ			たまねぎ		さとう	オリーブ油	ケチャップ 酢 ウスターソース しょうゆ ワイン	
	ブロッコリーのサラダ	ハム	わかめ	ブロッコリー	キャベツ		さとう	オリーブ油	しょうゆ 酢	
	ポテト野菜スープ	ベーコン		にんじん	たまねぎ		じゃがいも		ガラスープ しょうゆ 塩 フイオン こしょう	
16月	16月	ごはん・牛乳		牛乳			米			
	牛肉と大豆のなかよし煮	牛肉 大豆		にんじん さやいんげん	ごぼう		こんにゃく さとう	オリーブ油	しょうゆ みりん だしの素	
	まんばのドレッシングあえ	ハム		まんば	キャベツ		さとう	ごま ごま油	しょうゆ 酢	
香中研	17月	カレーライス(麦ごはん)・牛乳	ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ しょうが	にんにく	米 麦 じゃがいも	オリーブ油	米粉のルウ こしょう フイオン ソース カレー粉
	もやしのソテー	ベーコン		ピーマン	もやし			オリーブ油	塩 こしょう	
	いちご				いちご					
18月	18月	ダイシモチ麦ごはん・牛乳		牛乳			米 ダイシモチ麦			
	さばのしょうが煮		★さばしょうが煮							
	こまつなのコーンあえ			こまつな にんじん	キャベツ コーン				しょうゆ みりん	
	豆腐のみそ汁	豆腐		にんじん ねぎ	たまねぎ えのき				みそ (煮干し)	





全小学校なし

19 金	かきまぜ・牛乳	とり肉	牛乳	にんじん	ごぼう 干しいたけ	米 こんにゃく		しょうゆ みりん だしの素
	ほうれそうのドレッシングあえ	ハム		ほうれんそう	はくさい	さとう	ごま ごま油	しょうゆ 酢
	わかめうどん汁	ふた肉	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ	うどん		しょうゆ (煮干し)
	はっばでポリフェクッキー					★クッキー		
22 月	ごはん・牛乳		牛乳			米		
	さけのフライ	さけ				てんぷら粉 パン粉	オリーブ油	塩 こしょう
	ゆで野菜・マヨネーズ			ブロッコリー	キャベツ		マヨネーズ	
	大根のみそ汁			ねぎ	たまねぎ だいこん			みそ (煮干し)
23 火	ごはん・牛乳		牛乳			米		
	たけのこのおかか煮	とり肉 かつお節		にんじん さやいんげん	たけのこ	こんにゃく さとう	オリーブ油	しょうゆ みりん だしの素
	ほうれそうのツナあえ	ツナ		ほうれんそう にんじん	キャベツ	さとう		しょうゆ ポン酢
	ココアワッフル					★ワッフル		
24 水	ねぎ丼(麦ごはん)・牛乳	牛肉 ふた肉	牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ 根深ねぎ	米 麦 しらたき さとう		しょうゆ みりん だしの素
	キャベツのおかかあえ	かつお節		ほうれんそう	キャベツ			しょうゆ
	プリン					★プリン		
25 木	麦コッペ・牛乳		牛乳			麦コッペ		
	やきそば(もやしなし)	ふた肉 いか かつお節	青のり	にんじん	キャベツ	中華めん	オリーブ油	やきそばソース ウスターソース 酒 フイヨン こしょう
	アスパラとブロッコリーのサラダ			ブロッコリー アスパラ	コーン	さとう	オリーブ油	塩 酢 こしょう
	バナナ				バナナ			
	オリーブ油・ハーブソルト(小豆島中のみ)						★オリーブ油	ハーブソルト
26 金	わかめごはん・牛乳	ふた肉 油揚げ	牛乳 ★わかめ	にんじん	ごぼう えだまめ	米	オリーブ油	だしの素
	ハム入りサラダ	ハム		ブロッコリー	キャベツ きゅうり	さとう	オリーブ油	塩 酢 こしょう
	かぼちゃのみそ汁		わかめ	かぼちゃ にんじん ねぎ	たまねぎ			みそ (煮干し)
	野菜と果物のゼリー(中のみ)					★ゼリー		
30 火	ごはん・牛乳		牛乳			米		
	肉じゃが	ふた肉 牛肉		にんじん	たまねぎ	じゃがいも さとう こんにゃく	オリーブ油	しょうゆ 酒 みりん だしの素
	ブロッコリーのこんぶあえ		★塩吹きこんぶ	ブロッコリー にんじん	キャベツ		ごま ごま油	
	のりつくだに			のりつくだに				

★は加工食品

(だし用)



オーリーが注目している料理にクッキングオーリーがついています！
給食車にもオーリーがいるよ！知っているかな？



※料理ごとに使用材料、調味料を明記しています。
※小豆島産食材を使用している**食材名**は**太字**にしています。
※都合により献立は変更することがあります。

オーリーです！

小豆島町名産のオリーブオイルとしょうゆを愛するオリーブ博士。実はウォーキング好きの健康オタクで小豆島町の「健康づくり応援隊長(自称)」に任命される。給食だよりも登場するよ！

