

# 4月のきゅうしょくこんだて予定表

(27年度) (調理場)

日 曜日	献立名	おもに 血や肉・骨になるもの	おもに 体の調子を整えるもの	おもに 熱や力になるもの	その他	検査結果(単位: kg/Bq) セシウム 134・137
7 (火)	ごはん、ぎゅうにゅう とりにくのかからあげ ごまふうみサラダ かぶのみそしる	ぎゅうにゅう とりにく みそ	しょうが、キャベツ、きゅうり にんじん、かぶ、こまつな もやし	ごはん かたくりこ、あぶら ごま、ごまあぶら、さとう じゃがいも	しょうゆ、酒 酢、かつおぶし	ND
8 (水)	わかめごはん、ぎゅうにゅう あぶらあげのほうろくやき わふうサラダ とんじる	ぎゅうにゅう、わかめ あぶらあげ、みそ ぶたにく	ねぎ、キャベツ、だいこん にんじん、えだまめ、はくさい ねぎ	ごはん さとう、ごま あぶら じゃがいも、こんにゃく	みりん、しょうゆ 酢、かつおぶし	
9 (木)	こくとうパン、ぎゅうにゅう タンドリーチキン おんやさいのバターソーテー コンソメスープ	ぎゅうにゅう とりにく、ヨーグルト	しょうが、たまねぎ、にんじん キャベツ、かぶ、パセリ	こくとうパン じゃがいも、バター	トマトケチャップ ソース、カレー粉 しょうゆ、塩、コショウ スープストック	
10 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうがやき やさしいため じゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ、みそ	しょうが、キャベツ、たまねぎ にんじん、だいこん	ごはん とうもろこし、ごまあぶら じゃがいも	しょうゆ、酒 みりん 塩、コショウ かつおぶし	
13 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう やきざかな じゃがいものそぼろに こまつなのみそしる	ぎゅうにゅう さけ とりにく、あおだいず みそ	たまねぎ、かぶ、こまつな キャベツ、にんじん だいこん	ごはん じゃがいも、あぶら、さとう かたくりこ	しょうゆ、酒 かつおぶし	
14 (火)	ちゅうかめん、ぎゅうにゅう タンメンのスープ ぶたにくのあまずあんかけ くだもの	ぎゅうにゅう なると ぶたにく	キャベツ、もやし、にんじん にら、ほししいたけ、たまねぎ ピーマン いちご	ちゅうかめん ごまあぶら かたくりこ、あぶら、さとう	しょうゆ、酒 中華スープの素 塩、コショウ 酢	
15 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう とりにくのしちみやき こんにゃくとちくわのにももの やさのみそしる	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ みそ	しょうが、にんにく、だいこん にんじん、えだまめ、キャベツ たまねぎ、ほししいたけ	ごはん ごまあぶら こんにゃく、じゃがいも、さとう	みりん、しょうゆ 七味唐辛子 かつおぶし	ND
16 (木)	コッペパン、ぎゅうにゅう、ジャム コーンシチュー やさいサラダ	ぎゅうにゅう とりにく、チーズ	たまねぎ、にんじん、キャベツ きゅうり、だいこん	コッペパン、りんごジャム じゃがいも、とうもろこし バター、こむぎこ オリーブオイル	スープストック 塩、コショウ 酢	
17 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう さんまのかばやき だいこんサラダ わかめのみそしる	ぎゅうにゅう さんま わかめ、とうふ、みそ	しょうが、だいこん、キャベツ にんじん、ねぎ	ごはん かたくりこ、あぶら、さとう オリーブオイル じゃがいも	しょうゆ、酒 みりん、酢、塩 かつおぶし	
20 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう さばのソースに じゃがいものにももの キャベツのみそしる	ぎゅうにゅう さば みそ	しょうが、にんじん、だいこん ほししいたけ、キャベツ たまねぎ、こまつな	ごはん さとう じゃがいも、こんにゃく あぶら	しょうゆ、酒 ウスターソース だしの素 かつおぶし	
21 (火)	ちゅうかめん、ぎゅうにゅう もやしにくみそラーメンのスープ だいがくいも ほうれんそうのおかかかえ	ぎゅうにゅう ぶたにく、みそ かつおぶし	もやし、たまねぎ、はくさい にんじん、しょうが、ほししいたけ ほうれんそう、キャベツ	ちゅうかめん ごまあぶら、さとう かたくりこ、あぶら、ごま さつまいも	酒、みりん しょうゆ 七味唐辛子 中華スープの素	
22 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう とりにくのかあげびたし ちゅうかサラダ たまねぎのみそしる	ぎゅうにゅう とりにく なまあげ、みそ	しょうが、キャベツ、きゅうり にんじん、たまねぎ	ごはん かたくりこ、あぶら、さとう マロニー、ごま、ごまあぶら じゃがいも	しょうゆ、酒 みりん、酢 かつおぶし	
23 (木)	しょくパン、ぎゅうにゅう ミートサンドのぐ チーズサラダ ポテトスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく、だいず チーズ	にんじん、たまねぎ、トマト キャベツ、きゅうり パセリ	しょくパン オリーブオイル、こむぎこ さとう じゃがいも	トマトケチャップ ソース、レモン果汁 塩、コショウ、酢 スープストック	
24 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう ポークカレー コーンサラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく、チーズ ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、しょうが にんにく、キャベツ、きゅうり	ごはん じゃがいも、オリーブオイル とうもろこし、さとう	カレーフレーク トマトケチャップ 塩、コショウ、酢 ソース	
27 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう ししゃもフライ ごもくきんぴら とうふのみそしる	ぎゅうにゅう ししゃも さつまあげ とうふ、みそ	ごぼう、にんじん、キャベツ ほししいたけ、こまつな	ごはん あぶら、こむぎこ、パンこ こんにゃく、ごま、さとう じゃがいも	ソース、しょうゆ 酒、かつおぶし	
28 (火)	ソフトめん、ぎゅうにゅう きつねうどんのしる あげじゃがあんかけ	ぎゅうにゅう なると、あぶらあげ とりにく、あおだいず、みそ	ほうれんそう、はくさい にんじん、ねぎ、ほししいたけ たまねぎ、しょうが	ソフトめん じゃがいも、あぶら、さとう かたくりこ	しょうゆ、みりん 酒、塩、コショウ かつおぶし	
30 (木)	ごはん、ぎゅうにゅう ぶたにくのみそふうみやき ごまあえ さつまいものみそしる	ぎゅうにゅう ぶたにく、みそ	しょうが、キャベツ、もやし にんじん、たまねぎ だいこん、ごぼう	ごはん さとう ごま さつまいも	みりん、酒 しょうゆ かつおぶし	

\* 三春町の米(コシヒカリ)

\* 材料の都合により、献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。