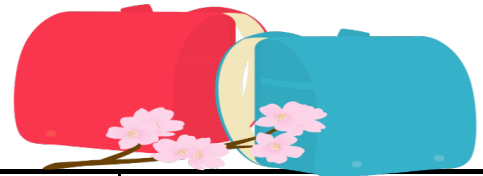




4月 給食だより



月	火	水	木	金
6日	7日	8日	9日	10日
ミートボールトマトソース ジャーマンポテト 6品目の野菜サラダ コーンスープ 米粉パン(ジャム付)	鶏ささみのゆかり揚げ 肉じゃが ブロッコリーと厚揚げのごま味噌和え ほうれん草と油揚げのお味噌汁 ご飯	豚肉と玉ねぎの豚丼風炒め 揚げ餃子 3色野菜のナムル じゃがいもと玉ねぎのお味噌汁 ご飯	味噌ヒレカツ 関東煮 トマトときゅうりのサラダ キャベツと油揚げのお味噌汁 ご飯	お子様チキンカレー ごろごろ野菜のポテトサラダ マンゴーゼリー ご飯
13日	14日	15日	16日	17日
若鶏の塩麩からあげレモン添え 麻婆豆腐 ツナとコーンのマカロニサラダ 小松菜とさつま芋のお味噌汁 ご飯	煮込みハンバーグマッシュポテト添え ウィンナーと野菜のハーブグリル キャベツとリンゴのマリネ ほうれん草とえのきのお味噌汁 ご飯	白身魚の味噌マヨ焼き 牛肉コロッケ ブロッコリーのツナ炒め 豚汁 ご飯	豚肉の生姜焼きすりりんごだれ さつまいもとブロッコリーのサラダ ちくわのゆかり揚げ わかめと厚揚げのお味噌汁 ご飯	チキンカツバーガー フライドポテト キャベツとコーンのコールスロー りんごゼリー 豆乳クラムチャウダー SPECIAL MENU
20日	21日	22日	23日	24日
チキン南蛮タルタルソース じゃがいもの五目カレー炒め ほうれん草ともやしのナムル キャベツとえのきのお味噌汁 ご飯	豚肉のねぎ塩レモンだれ 豆腐コロッケ(特製ソース) 春雨の甘酢サラダ 白菜と油揚げのお味噌汁 ご飯	ささみフライデミグラスソース ほうれん草とツナの和風スパゲティ かぼちゃのサラダ ミネストローネ 黒糖パン	肉団子の甘酢あん 春雨チャブチエ さつまいもとりんごのサラダ 豆腐とわかめの中華スープ ご飯	野菜たっぷり肉うどん 若鶏のから揚げ 大学いも ソフト麺
27日	28日	29日	30日	
黒ごまごぼうつくねの照り焼き 蒸し野菜のサラダ(肉味噌) 切干大根の煮物 具だくさんのお味噌汁 ご飯	白身魚のハーブフリットレモンマヨソース ミートソーススパゲティ 人参とツナのサラダ かぼちゃのスープ さつまいもパン	<h2>昭和の日</h2>	照り焼きチキン 大根と小松菜のそぼろ煮 ポテトサラダ ほうれん草と油揚げのお味噌汁 ご飯	

4月献立表

日	献立名	アレルギーマーク	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
6月	ミートボールトマトソース	小麦	豚肉 牛肉 木綿豆腐 ベーコン	砂糖	たまねぎ マッシュルーム 青ピーマン トマト レモン	726kcal
	ジャーマンポテト		ベーコン	じゃがいも オリーブ油	たまねぎ コーン 赤ピーマン 青ピーマン	32.0 g
	6品目の野菜サラダ		ロースハム	砂糖 マヨネーズ(卵なし)	コーン にんじん きゅうり トマト キャベツ	29.8 q
	コーンスープ		豆乳		コーン	2.9 g
7月	米粉パン(ジャム付)	小麦		米粉パン ジャム		
	鶏ささみのゆかり揚げ(醤油)		鶏肉	てんぷら粉 油	ゆかり	704kcal
	肉じゃが		豚肉	ごんにやく じゃがいも 砂糖 油 ごま油	たまねぎ にんじん ごまつな	33.2 q
	ブロッコリーと厚揚げのごま味噌和え		厚揚げ みそ	砂糖 ごま	ブロッコリー	22.6 q
8月	ほうれん草と油揚げのお味噌汁	小麦	油揚げ みそ		ほうれん草	2.9 q
	ご飯		米			
	豚肉と玉ねぎの豚丼風炒め		豚肉	砂糖	たまねぎ あさつき	704kcal
	揚げ餃子(酢醤油)		豚肉	ごま油 油 薄力粉 砂糖	キャベツ にんにく しょうが	27.2 q
9月	3色野菜のナムル	小麦		ごま油 ごま 砂糖	にんじん もやし ほうれん草	32.1 q
	じゃがいもと玉ねぎのお味噌汁		みそ	じゃがいも	たまねぎ	2.6 q
	ご飯		米			
	味噌汁レカッ		豚肉 みそ	薄力粉 マヨネーズ(卵なし) パン粉 油 砂糖		709kcal
10月	関東煮	小麦	厚揚げ ごんぶ	ちくわ ごんにやく	だいごん にんじん	25.8 q
	トマトときゅうりのサラダ			砂糖	トマト きゅうり たまねぎ レモン	25.4 q
	キャベツと油揚げのお味噌汁		油揚げ みそ		キャベツ	2.9 q
	ご飯		米			
11月	お子様チキンカレー	小麦	鶏肉 豆乳	じゃがいも 油 チャツネ 米粉 砂糖	にんじん たまねぎ にんにく しょうが	722kcal
	ごろごろ野菜のポテトサラダ		ロースハム	じゃがいも マヨネーズ(卵なし) 砂糖	きゅうり にんじん 赤たまねぎ コーン レモン	20.0 q
	マンゴーゼリー		アガー	砂糖	マンゴー レモン	22.2 q
	ご飯		米			2.0 q
12月	若鶏の塩麹からあげレモン添え(醤油)	小麦	鶏肉	塩麹 米粉 片栗粉 油	しょうが レモン	730kcal
	麻婆豆腐		木綿豆腐 豚肉 みそ	油 ごま油 砂糖 片栗粉	しょうが にんにく ねぎ えだまめ	24.8 q
	ツナとコーンのマカロニサラダ		ツナフレーク	マカロニ マヨネーズ(卵なし) 砂糖	コーン にんじん レモン	27.1 q
	小松菜とさつま芋のお味噌汁		みそ	さつまいも	ごまつな	2.5 q
1月	ご飯	小麦	米			
	煮込みハンバーグマッシュポテト添え		豚肉 牛肉 木綿豆腐 豆乳	油 砂糖 じゃがいも	たまねぎ トマト	707kcal
	ウインナーと野菜のハーブグリル		ウインナー	じゃがいも さつまいも オリーブ油	赤ピーマン ブロッコリー かぼちゃ	26.8 q
	キャベツとリンゴのマリネ			砂糖 オリーブ油	キャベツ りんご レモン	30.1 q
2月	ほうれん草とえのきのお味噌汁	小麦	みそ		ほうれん草 えのきたけ	2.5 q
	ご飯		米			
	白身魚の味噌マヨ焼き		かれい みそ	マヨネーズ(卵なし) 砂糖	しょうが キャベツ	705kcal
	牛肉コロッケ(特製ソース)		牛肉 豆乳	じゃがいも 油 砂糖 薄力粉	たまねぎ	28.4 g
3月	ブロッコリーのツナ炒め	小麦	ツナフレーク	油	ブロッコリー	26.1 q
	豚汁		豚肉 油揚げ 木綿豆腐 みそ	じゃがいも ごんにやく	だいごん にんじん ごぼう ねぎ しょうが	2.9 q
	ご飯		米			
	豚肉の生姜焼きすりりんどだれ		豚肉	油 砂糖 片栗粉	たまねぎ しょうが りんご キャベツ	726kcal
4月	さつまいもとブロッコリーのサラダ	小麦		さつまいも マヨネーズ(卵なし) 砂糖	赤ピーマン 黄ピーマン	25.9 q
	ちくわのゆかり揚げ			ちくわ 油 てんぷら粉	ブロッコリー レモン	24.4 q
	わかめと厚揚げのお味噌汁		厚揚げ わかめ みそ		ゆかり	2.5 q
	ご飯		米			
5月	チキンカツバーガー(オーロラソース)	小麦	鶏肉 豆乳	砂糖 片栗粉 米粉 マヨネーズ(卵なし) 油	にんにく レモン レタス	730 kcal
	フライドポテト&		フライドポテト 油 イタリアンドレッシング		キャベツ にんじん コーン	37.5 g
	キャベツとコーンのコールスロー			マヨネーズ(卵なし)		
	りんごゼリー		アガー	砂糖	りんごジュース	30.6 q
6月	豆乳クラムチャウダー	小麦	あさり ベーコン 豆乳	じゃがいも 油 片栗粉	たまねぎ セロリ キャベツ	2.9 q
	パンズ		パンズ(アレルギー対応)			
	チキン南蛮タルタルソース		鶏肉	米粉 片栗粉 砂糖 マヨネーズ(卵なし)	たまねぎ	723kcal
	じゃがいも五目カレー炒め		鶏肉 だいず	じゃがいも ごんにやく ちくわ 砂糖 油	にんじん ごぼう いんげん	29.6 q
7月	ほうれん草ともやしナムル	小麦		ごま油 ごま 砂糖	もやし ほうれん草	28.2 q
	キャベツとえのきのお味噌汁		みそ		キャベツ えのきたけ	2.2 q
	ご飯		米			
	豚肉のねぎ塩レモンだれ		豚肉	油 砂糖 片栗粉	ねぎ レモン キャベツ	715 kcal
8月	豆腐コロッケ(特製ソース)	小麦	木綿豆腐 鶏肉 ひじき	やまいも 片栗粉 油 薄力粉	乾しいたけ ねぎ しょうが えだまめ	27.3 q
	春雨の甘酢サラダ		ロースハム	マヨネーズ(卵なし) パン粉	れんごん にんじん ごぼう	28.1 q
	白菜と油揚げのお味噌汁		油揚げ みそ	はるさめ 砂糖 ごま油	きゅうり にんじん 赤ピーマン	2.3 q
	ご飯		米		はくさい	
9月	ささみフライ デミグラスソース	小麦	鶏肉	薄力粉 マヨネーズ(卵なし) パン粉 油	たまねぎ トマト	710 kcal
	ほうれん草とツナの和風スパゲティ		ツナフレーク	オリーブ油 砂糖	にんじん ほうれん草	31.9 q
	かぼちゃのサラダ		スパゲッティ オリーブ油	マヨネーズ(卵なし) 砂糖	かぼちゃ	29.0 q
	ミネストローネ		ベーコン だいず	じゃがいも オリーブ油	たまねぎ にんじん キャベツ にんにく トマト	2.9 g
10月	黒糖パン	小麦		黒糖パン		
	肉団子の甘酢あん		豚肉 木綿豆腐	片栗粉 砂糖	たまねぎ 乾しいたけ しょうが かぼちゃ	710 kcal
	春雨チャブチエ		豚肉	はるさめ 砂糖 ごま油	乾しいたけ たけのこ にんじん 青ピーマン	23.2 g
	さつまいもとりんごのサラダ			さつまいも マヨネーズ(卵なし) 砂糖	りんご レモン	23.5 q
11月	豆腐とわかめ中華スープ	小麦	木綿豆腐 わかめ		ねぎ	2.6 q
	ご飯		米			
	野菜たっぷり肉うどん		豚肉		はくさい たまねぎ にんじん ぶなしめじ	709 kcal
	若鶏のから揚げ		鶏肉	砂糖 米粉 片栗粉 油	ごまつな ねぎ しょうが	23.7 q
12月	太字いも	小麦		さつまいも 砂糖 ごま 油	しょうが	32.7 q
	ソフト麺			ソフト麺		2.8 q
	黒ごまごぼうつくねの照り焼き		鶏肉 木綿豆腐	ごま 片栗粉 砂糖	ごぼう しょうが にんにく ブロッコリー キャベツ	714 kcal
	蒸し野菜のサラダ(肉味噌)		豚肉 みそ	さつまいも じゃがいも 砂糖 ごま	だいごん にんじん かぼちゃ しょうが	32.6 q
1月	切干大根の煮物	小麦	油揚げ	砂糖 油 ごま油	切干だいごん 乾しいたけ ごまつな にんじん	22.7 q
	貝だくさんのお味噌汁		油揚げ みそ	じゃがいも	ぶなしめじ にんじん たまねぎ キャベツ	2.8 q
	ご飯		米			
	自身魚のハーブフリットレモンマヨソース		バサ 豆乳	てんぷら粉 油 マヨネーズ(卵なし) 砂糖	レモン	704 kcal
2月	ミートソーススパゲティ	小麦	豚肉 牛肉 ベーコン	スパゲッティ オリーブ油 砂糖	たまねぎ 青ピーマン にんにく トマト	23.5 q
	人参とツナのサラダ		ツナフレーク	イタリアンドレッシング	にんじん たまねぎ	29.5 q
	かぼちゃのスープ		豆乳		かぼちゃ	2.9 q
	さつまいもパン		さつまいもパン			
3月	照り焼き子キン	小麦	鶏肉	油 砂糖 片栗粉	かぼちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ	706 kcal
	大根と小松菜の子ほろ煮		豚肉	砂糖 片栗粉 油 ごま油	だいごん ごまつな しょうが	28.6 q
	ポテトサラダ		ロースハム	じゃがいも マヨネーズ(卵なし) 砂糖	きゅうり にんじん レモン	28.9 q
	ほうれん草と油揚げのお味噌汁		油揚げ みそ		ほうれん草	2.8 q
ご飯	米					

※アレルギー食品には記号を表示しています。

アレルギー表記



瀬戸SOLAN学園