

日	曜	献立名			材料名					
					主にからだをつくるものとなる食品		主に体の調子をととのえる食品		主に熱や力のもとになる食品	
		主食	牛乳	おかず	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・きのこ・くだもの	穀類・いも・さとう	油脂類
7	火	ごはん	○	鶏肉のみそ焼き じゃがいもの和風サラダ わかめスープ	とりにく ハム かつおぶし	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	きゅうり コーン たまねぎ しめじ	こめ さとう じゃがいも	ノンエッグマヨ あぶら
8	水	春の香りずし	○	小さいわしのフライ 春キャベツのごま和え すまし汁	あぶらあげ たまご とうふ	ぎゅうにゅう 小さいわし わかめ しらすぼし	にんじん アスパラガス こまつな はねぎ	はごぼう たけのこ キャベツ コーン えのきだけ	こめ さとう	ごま あぶら
9	木	中華どんぶり	○	もやしのごま酢和え 豆乳プリン	ぶたにく いか えび うすらたまご	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	しょうが たけのこ たまねぎ キャベツ きくらげ もやし きゅうり	こめ おおむぎ でんぶん さとう プリン	あぶら ごま
10	金	ポークカレー	○	春野菜サラダ はっさく	ぶたにく ぶたレバー ハム	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん アスパラガス さやえんどう	たまねぎ マッシュルーム にんにく キャベツ コーン レモン はっさく	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ さとう	あぶら
☆ 13日～17日 かがわ印給食ウィーク ☆										
13	月	米粉パン	○	ポークビーンズ 春どりブロッコリーのサラダ いちご	だいたす ぶたにく ベーコン ハム	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ ブロッコリー	たまねぎ キャベツ コーン いちご	パン じゃがいも さとう	あぶら
14	火	オリーブ豚の ピビンバ	○	豆腐と卵のスープ チーズ	ぶたにく とうふ たまご ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	はねぎ ほうれんそう	にんにく もやし コーン たまねぎ	こめ おおむぎ さとう でんぶん	あぶら ごま
15	水	小型 コッペパン	○	ソース焼きスパゲティ アーモンドいりこ フルーツヨーグルト	ぶたにく かつおぶし	ぎゅうにゅう あおのり いりこ ヨーグルト	にんじん ピーマン	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しいたけ みかん もも パナナ	パン スパゲティ	あぶら アーモンド
16	木	赤飯	○	宇多津の塩からあげ 春キャベツの即席つけ ふしめん汁 お祝いゼリー	あすき とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう しらすぼし こんぶ	にんじん はねぎ	きゅうり キャベツ たまねぎ しめじ	こめ もちこめ でんぶん ふしめん ゼリー	あぶら ごま
17	金	山菜おこわ	○	オリーブサーモンのレモンソース アスパラのおかか和え 莖わかめのきんぴら	あぶらあげ とりにく サーモン かつおぶし	ぎゅうにゅう くわわかめ	にんじん アスパラガス さやいんげん	たけのこ レモン さんさいミックス キャベツ コーン ごぼう	こめ もちこめ でんぶん さとう こんにゃく	あぶら ごま
20	月	セルフサンド	○	(ハンバーグ) (ゆで野菜) ミネストローネ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいたす たまご ベーコン 白いんげんまめ	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ トマト	たまねぎ キャベツ セロリ	パン パンこ マカロニ	あぶら
21	火	わかめごはん	○	高野豆腐の卵とし 小松菜のごまドレッシング	こうやとうふ とりにく あさり たまご	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん さやえんどう こまつな	たまねぎ しいたけ もやし	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	ごま あぶら
22	水	ごはん	○	マーボー豆腐 中華サラダ きよみ	とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ	にんにく しょうが たまねぎ しいたけ キャベツ きゅうり コーン きくらげ レモン きよみ	こめ さとう でんぶん	あぶら
23	木	麦ごはん	○	ししゃものごま揚げ こんぶ和え 牛肉と野菜の旨煮	ぎゅうにく うすらたまご	ぎゅうにゅう ししゃも こんぶ くわわかめ	こまつな にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ	こめ おおむぎ でんぶん じゃがいも こんにゃく さとう でんぶん	あぶら ごま
24	金	ごはん	○	いかのアーモンドフライ ゆかり和え かきたま汁	いか たまご とうふ	ぎゅうにゅう わかめ	こまつな にんじん はねぎ	もやし たまねぎ	こめ パンこ こむぎこ でんぶん	アーモンド あぶら
27	月	黒糖パン	○	タンダーチキン アスパラとじゃこのサラダ 春雨スープ	とりにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト しらすぼし わかめ	アスパラガス にんじん	たまねぎ レモン キャベツ コーン しめじ しょうが	パン さとう はるさめ	あぶら
28	火	ごはん 味付けのり	○	焼き豆腐のそぼろ煮 かみかみサラダ ヨーグルト	やきとうふ ぶたにく ハム さきいか	ぎゅうにゅう ヨーグルト のり	にんじん はねぎ	たまねぎ たけのこ しょうが にんにく ごぼう きゅうり コーン	こめ さとう でんぶん	あぶら ごま
30	木	五目うどん	○	きびなごのフライ ひじきのチーズサラダ メープルマフィン	かまぼこ あぶらあげ ハム	ぎゅうにゅう きびなご ひじき チーズ	にんじん はねぎ	ごぼう たまねぎ しめじ きゅうり	うどん さとう マフィン	あぶら

献立は、食材その他の都合により変更することがあります。