

令和6年 4月 給食献立表

日 曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 月	カレーライス アーサ汁 酢みそ和え オレンジ	オートミールクッキー 牛乳 煮干し	・ぶたもも(赤肉)・ぶた肝臓 ・沖縄豆腐・きびなご調味干し ・焼き竹輪・麦みそ・鶏卵 ・普通牛乳・煮干し	・精白米・押麦・じゃがいも ・ピーナッツバター・黒砂糖 ・オートミール・薄力粉 ・グラニュー糖・無塩バター	・たまねぎ・にんじん・冷凍コーン ・ゆでグリーンピース・にんにく ・あおさ・きゅうり・キャベツ ・乾わかめ・オレンジ・レーズン
2 火	麦・マージンごはん すまし汁(しめじ・えのき) ブロッコリーの胡麻和え 鮭のみそ焼き オレンジ	ヨーグルトケーキ クラッカー 煮干し	・焼き竹輪・きびなご調味干し ・さけ・金山寺みそ・生クリーム ・プレーンヨーグルト ・ゼラチン・普通牛乳	・精白米・押麦・きび ・いりごま・マヨネーズ ・黒砂糖・グラニュー糖 ・ごま油・調合油	・えのきたけ・ぶなしめじ・青ねぎ ・ブロッコリー・キャベツ ・だいずもやし・にんじん・オレンジ ・レモン果汁
3 水	麦・マージンごはん すまし汁(えのき・わかめ) 芋コロッケ 春雨和え オレンジ	チョコチップクッキー 牛乳 煮干し	・きびなご調味干し ・ぶたひき肉・鶏卵 ・普通牛乳・煮干し	・精白米・押麦・きび・薄力粉 ・さつまいも・生パン粉・調合油 ・緑豆はるさめ・黒砂糖 ・ごま油・グラニュー糖	・えのきたけ・水戻しわかめ ・乾しいたけ・青ねぎ・にんじん ・たまねぎ・きゅうり・きくらげ ・オレンジ
4 木	きのこスパゲティ コーンスープ ワカメサラダ 棒チーズ オレンジ	梅おにぎり 牛乳 煮干し	・ベーコン ・あさり水煮缶詰・鶏卵 ・まぐろ油漬缶詰(白) ・プロセスチーズ ・普通牛乳・煮干し	・マカロニ・スパゲティ ・調合油・じゃがいも・黒砂糖 ・ごま油・精白米・いりごま	・にんじん・たまねぎ・青ピーマン ・ぶなしめじ・えのきたけ ・マッシュルーム水煮缶・乾しいたけ ・コーン缶詰クリーム・乾わかめ ・トマト・レタス・キャベツ
5 金	麦・マージンごはん 味噌汁(わかめ・卵) 魚のあんかけ サラスパ オレンジ	ヒラヤーチー 牛乳 煮干し	・油揚げ・鶏卵・煮干し ・麦みそ・めばる ・プレスハム・普通牛乳	・精白米・押麦・きび・片栗粉 ・なたね油・黒砂糖・ごま油 ・マカロニ・スパゲティ ・マヨネーズ・薄力粉・調合油	・水戻しわかめ・青ねぎ・たまねぎ ・にんじん・青ピーマン・乾しいたけ ・きゅうり・りんご・オレンジ・にら
8 月	麦・マージンごはん すまし汁(しいたけ・えのき) 野菜の炒め物 さばの味噌煮 オレンジ	チョコスティックパン 牛乳 煮干し	・焼き竹輪・きびなご調味干し ・まぐろ油漬缶詰(白) ・さば・麦みそ ・普通牛乳・煮干し	・精白米・押麦・きび・調合油	・乾しいたけ・えのきたけ・青ねぎ ・キャベツ・にんじん・たまねぎ ・だいずもやし・青ピーマン ・オレンジ
9 火	味つけロール プイヤベース ハムともやしのサラダ 棒チーズ オレンジ	バナナ 牛乳 煮干し	・たい・煮干し ・ロースハム・しらす干し ・プロセスチーズ ・普通牛乳	・じゃがいも・黒砂糖・ごま油	・たまねぎ・にんじん・長ねぎ ・にんにく・きゅうり・だいずもやし ・トマト・キャベツ・オレンジ ・バナナ
10 水	麦・マージンごはん すまし汁(しいたけ・ちくわ) パパイヤ炒め 生姜焼き オレンジ	ビスケットケーキ 牛乳 煮干し	・焼き竹輪 ・きびなご調味干し ・まぐろ味付け缶詰 ・ぶたかたロース(皮脂無) ・生クリーム・普通牛乳	・精白米・押麦・きび ・なたね油・黒砂糖	・乾しいたけ・青ねぎ・パイア ・にら・にんじん・しょうが ・オレンジ
11 木	沖縄そば 納豆和え トマト オレンジ	いなりずし 牛乳 煮干し	・ぶたかたロース・蒸しかまぼこ ・きびなご調味干し ・ぶた軟骨・納豆 ・若鶏ささ身・油揚げ	・沖縄そば・黒砂糖 ・マヨネーズ・七分つき米 ・いりごま・グラニュー糖	・まこんぶ・青ねぎ・キャベツ ・きゅうり・トマト・オレンジ
12 金	わかめごはん すまし汁(冬瓜・しめじ) あじフライ トマトサラダ オレンジ	プリン クラッカー 煮干し	・焼き竹輪 ・きびなご調味干し・あじ ・鶏卵・まぐろ油漬缶詰(白) ・煮干し	・精白米・押麦・薄力粉 ・パン粉・調合油・黒砂糖 ・ごま油	・とうがん・水戻しわかめ ・ぶなしめじ・青ねぎ・レタス ・トマト・キャベツ・きゅうり ・オレンジ
15 月	麦・マージンごはん 卵とえのきのスープ かぼちゃの煮付け ひじき炒め オレンジ	みそかりんとう 牛乳 煮干し	・鶏卵・煮干し・沖縄豆腐 ・ぶたかたロース(赤肉) ・麦みそ・普通牛乳	・精白米・押麦・きび・片栗粉 ・黒砂糖・調合油・薄力粉 ・グラニュー糖・いりごま	・乾しいたけ・えのきたけ・青ねぎ ・かぼちゃ・乾ひじき・キャベツ ・にんじん・たまねぎ・オレンジ
16 火	のりごはん 味噌汁(小松菜・卵) わかさぎの南蛮漬け ポテトサラダ オレンジ	ゴマクッキー 牛乳 煮干し	・鶏卵・きびなご調味干し ・麦みそ・わかさぎ ・普通牛乳・煮干し	・精白米・押麦・薄力粉 ・片栗粉・調合油・黒砂糖 ・じゃがいも ・マカロニ・スパゲティ ・マヨネーズ・グラニュー糖	・味噌汁のり・こまつな・たまねぎ ・にんじん・トマト・きゅうり ・りんご・オレンジ
17 水	小豆ごはん 中身汁 五目煮 ブロッコリーのゆで煮 オレンジ	大学芋 牛乳 煮干し	・ゆであずき・ぶた小腸 ・ぶた軟骨 ・きびなご調味干し ・ベーコン・普通牛乳・煮干し	・精白米・いりごま・しらたき ・さつまいも・黒砂糖・調合油	・乾しいたけ・まこんぶ・ごぼう ・にんじん・乾ひじき・青ピーマン ・ブロッコリー・オレンジ
18 木	お弁当会	アイスクリーム 乾パン	・アイスクリーム	・乾パン	
19 金	麦・マージンごはん コーンスープ マーボー豆腐 ごぼうサラダ オレンジ	アメリカンドック 牛乳 煮干し	・鶏卵・沖縄豆腐 ・ぶたひき肉・ロースハム ・ウインナーソーセージ ・普通牛乳・煮干し	・精白米・押麦・きび ・じゃがいも・ごま油・片栗粉 ・マヨネーズ・調合油 ・ホットケーキミックス	・コーン缶詰クリーム・にんじん ・たまねぎ・青ピーマン ・トマトケチャップ・ごぼう・きゅうり ・オレンジ
22 月	麦・マージンごはん 味噌汁(大根・油揚げ) レバニラ炒め グリーンマッシュ(青海苔) オレンジ	蒸しパンレーズン 牛乳 煮干し	・油揚げ ・きびなご調味干し ・麦みそ・ぶた肝臓 ・ぶたかたロース ・普通牛乳・煮干し	・精白米・押麦・きび・片栗粉 ・粉糖・じゃがいも ・無塩バター ・ホットケーキミックス	・だいこん・青ねぎ・だいずもやし ・キャベツ・にんじん・青ピーマン ・たまねぎ・にら・あおのり ・オレンジ・レーズン
23 火	チキンライス ゆし豆腐 コーンサラダ(キャベツ) ウインナーのポイル オレンジ	ラスク 牛乳 煮干し	・若鶏ささ身・鶏卵 ・ゆし豆腐・麦みそ ・煮干し・ウインナーソーセージ ・まぐろ油漬缶詰(白)	・精白米・調合油・黒砂糖 ・ごま油・食パン・無塩バター	・たまねぎ・にんじん・青ピーマン ・トマトケチャップ・青ねぎ ・冷凍コーン・きゅうり・レタス ・キャベツ・オレンジ
24 水	ちらし寿司(ひじき・大豆) すまし汁(もずく・ちくわ) ほうれん草の白和え チキンのから揚げ パインアップル	シフォンケーキ 牛乳 煮干し	・大豆・鶏卵・焼き竹輪 ・きびなご調味干し ・沖縄豆腐・ロースハム ・鶏手羽・普通牛乳 ・煮干し	・精白米・黒砂糖・マヨネーズ ・薄力粉・調合油・片栗粉 ・白ざら糖	・乾ひじき・にんじん・きゅうり ・べったら漬・もずく・青ねぎ ・ほうれん草・冷凍コーン ・パインアップル缶詰
25 木	麦・マージンごはん 卵とえのきのスープ 魚のチーズ、マヨネーズ焼き 揚げじゃがいもの和え物 オレンジ	お好み焼き (納豆・青海苔) 牛乳 煮干し	・鶏卵・煮干し ・キングクリップ ・パルメザンチーズ ・ロースハム・納豆 ・ベーコン・普通牛乳	・精白米・押麦・きび・片栗粉 ・マヨネーズ・じゃがいも ・黒砂糖・調合油・薄力粉	・乾しいたけ・えのきたけ・青ねぎ ・たまねぎ・きゅうり・オレンジ ・キャベツ・トマトケチャップ ・あおのり
26 金	麦・マージンごはん 味噌汁(冬瓜・しめじ) 豆腐ハンバーグ 和風サラダ オレンジ	そばがりがり 牛乳 煮干し	・蒸しかまぼこ・鶏卵 ・きびなご調味干し ・麦みそ・沖縄豆腐 ・鶏ひき肉・ぶたひき肉	・精白米・押麦・きび・パン粉 ・黒砂糖・ごま油・沖縄そば ・なたね油	・とうがん・ぶなしめじ・にんじん ・乾ひじき・だいこん・きゅうり ・乾わかめ・たまねぎ・オレンジ
30 火	麦・マージンごはん けんちん汁 ふーの卵焼き きゅうりスティック オレンジ	ごまいり砂糖天ぷら 牛乳 煮干し	・きびなご調味干し ・麦みそ・ぶたもも(赤肉) ・鶏卵・普通牛乳・煮干し	・精白米・押麦・きび ・さとも・しらたき・車ふ ・調合油・いりごま・薄力粉 ・グラニュー糖・無塩バター	・だいこん・ごぼう・にんじん ・青ねぎ・にら・きゅうり・オレンジ
土曜日 メニュー	ジュシー 味噌汁(わかめ・ねぎ) きゅうりスティック オレンジ	超熟ロールレーズン 牛乳	・まぐろ油漬缶詰(白) ・麦みそ ・きびなご調味干し・普通牛乳	・精白米・ぶどうパン	・にんじん・たまねぎ・乾ひじき ・青ねぎ・乾わかめ・きゅうり ・オレンジ