



# 4月 給食だより



2023年

朝日町立朝日中学校

日	曜	よていにんだて						食 品 名					
		赤 (おもに体をつくるものになる)		緑 (おもに体の調子を整えるものになる)		黄 (おもにエネルギーのもとになる)		赤		緑		黄	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	1群	2群	3群	4群	5群	6群
* * * 始 業 式 ・ 1 年 生 給 食 な し * * *													
7	金	わかめ ごはん 牛乳	ハムカツ なめこ入りおひたし 親子煮	ハム、卵 鶏肉 高野豆腐	牛乳 わかめ	にんじん こまつな	キャベツ、もやし、なめこ たまねぎ、たけのこ 干しいたけ、グリーンピース	米、じゃがいも 小麦粉、パン粉 砂糖					米油
* * * 入 学 式 ・ 1 年 生 給 食 な し * * *													
10	月	ごはん (富富富) 牛乳	カレーライス 大根とブロッコリーの中華和え 味付け小魚	豚肉	牛乳 かたくちいわし	にんじん ブロッコリー	しょうが、にんにく、セロリ たまねぎ、だいこん、コーン	米、砂糖 じゃがいも					米油 白ごま ごま油
祝 ♪ ♪ 入 学 ・ 進 級 お 祝 い 献 立 ♪ ♪													
11	火	春色 食パン 牛乳	ハンバーグケチャップソースがけ ゆで野菜 卵とコーンのスープ お祝いデザート	豚肉 卵	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ、キャベツ、きゅうり コーン、干しいたけ しょうが	春色食パン 砂糖、パン粉 片栗粉 お祝いいちごゼリー					米油
12	水	ごはん (富富富) 牛乳	かぼちゃひき肉フライ 菜の花炒め 豚汁	卵、豚肉 焼き豆腐 みそ	牛乳	なばな にんじん かぼちゃ	キャベツ、はくさい、ごぼう だいこん、ねぎ、しょうが たまねぎ	米、こんにやく パン粉、小麦粉 水あめ					米油
13	木	ごはん (富富富) 牛乳	さけの照り焼き チーズ入りポテトサラダ 若竹汁	さけ 木綿豆腐	牛乳 チーズ わかめ	にんじん	たまねぎ、きゅうり、コーン たけのこ、ねぎ	米、じゃがいも					ノンエッグ マヨネーズ
14	金	ごはん (富富富) 牛乳	鶏肉のパン粉焼き 海藻サラダ 春のシチュー	鶏肉 ベーコン	牛乳 わかめ 生クリーム	パセリ にんじん アスパラガス	キャベツ、きゅうり、コーン たまねぎ	米、パン粉、米粉 こんにやく、砂糖 じゃがいも					ごま油
17	月	ごはん (富富富) 牛乳	わかさぎフリッター 五目きんぴら かきたま汁	豚肉 卵	牛乳 わかさぎ あおさ	にんじん ピーマン こまつな	ごぼう、れんこん、たまねぎ 干しいたけ	米、砂糖 こんにやく、小麦粉 片栗粉、米粉					米油 白ごま ごま油
18	火	小型パン 牛乳	ソース焼きそば エビシューマイ 豆腐とニラのスープ	豚肉、鶏肉 木綿豆腐、えび いとよりだい	牛乳	にんじん ピーマン にら	キャベツ、もやし、たまねぎ たけのこ、干しいたけ	小型パン 焼きそばめん 小麦粉、パン粉					米油 ごま油
♪ ♪ ♪ ま め な け ! ラ ン 干 の 日 ♪ ♪													
19	水	ハトムギ ごはん 牛乳	名水ポークの豚丼 大豆入りツナサラダ ゆで大家庄アスパラ	名水ポーク 大豆、ツナ かまぼこ	牛乳	大家庄 アスパラ にんじん	ごぼう、たまねぎ、キャベツ グリーンピース、コーン	米、ハトムギ 糸こんにやく 砂糖					ノンエッグ マヨネーズ
20	木	ごはん (富富富) 牛乳	さばのみそ煮 ミルクおから ミニトマト 小松菜とじゃがいものみそ汁	さば、おから 豚肉、みそ 薄揚げ	牛乳 ひじき	にんじん ミニトマト こまつな	たまねぎ、ごぼう、ねぎ 干しいたけ	米、砂糖 糸こんにやく じゃがいも					米油
21	金	ごはん (富富富) 牛乳	肉団子 切り干し大根のごま酢和え 厚揚げの中華煮 いちご	鶏肉、豚肉 厚揚げ	牛乳	こまつな にんじん チンゲンサイ	切り干しだいこん、しょうが にんにく、たまねぎ、もやし たけのこ、干しいたけ、ねぎ キャベツ、えだまめ、いちご	米、砂糖 片栗粉					白ごま 米油 ごま油
* * * 授 業 参 観 ・ 給 食 あ り * * *													
22	土	ごはん (富富富) 牛乳	鶏肉のコーンフ레이크焼き にんじんのごまドレッシングサラダ ミネストローネ	鶏肉 ウインナー	牛乳 粉チーズ	にんじん ブロッコリー パセリ トマトピューレ	にんにく、しょうが、コーン たまねぎ、キャベツ、セロリ	米、じゃがいも コーンフ레이크					ノンエッグ マヨネーズ ごまドレッシング 白ごま、バター
* * * 振 替 休 業 日 * * *													
24	月												
25	火	米粉パン 牛乳	ミートオムレツ ジャーマンポテト 白菜とコーンのスープ	卵、豚肉 ウインナー ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ、にんにく、はくさい コーン、しめじ	米粉パン じゃがいも					米油
26	水	たけのこ ごはん 牛乳	ふくらぎのごまみそやき コーンいりおひたし すまし汁	薄揚げ、かまぼこ ふくらぎ、みそ 木綿豆腐	牛乳 わかめ	にんじん ほうれんそう みつば	たけのこ、キャベツ、もやし コーン、えのき	米、砂糖					白ごま
27	木	ごはん (富富富) 牛乳	揚げ春巻き ゆかり和え 大豆の磯煮	大豆 豚肉	牛乳 ひじき	にんじん さやいんげん 赤じそ	キャベツ、きゅうり、ごぼう だいこん、たけのこ、ねぎ たまねぎ、しょうが	米、砂糖、水あめ 小麦粉、こんにやく はるさめ					米油
28	金	ごはん (富富富) 牛乳	いかのチリソース炒め 青のりポテト みそワントンスープ チーズ	いか、豚肉 みそ	牛乳 青のり チーズ	さやいんげん にんじん にら	たまねぎ、ねぎ、しょうが にんにく、キャベツ、もやし 干しいたけ	米、片栗粉 砂糖、ワントン じゃがいも					米油 ごま油

※ 太文字は地場産食材です。

☆ 都合により献立を変更する場合があります。