



4月 献立予定表



ひたちなか市立学校給食センター

日 曜	献立名	おもな食品				小学校	中学校
		黄 【エネルギーのもとになる】	赤 【体をつくるもとになる】	緑【体の調子をととのえる】	調味料その他		
7 木	ごはん	米				入学式	809
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	とうふのちゅうかに	油 砂糖 ごま油 でんぷん	豆腐 豚肉	しょうが 長ねぎ 玉ねぎ にんじん チンゲンサイ	酒 しょうゆ オイスターソース		
	パンサンスー	春雨 油 ごま油 砂糖	鶏肉	キャベツ もやし にんじん 小松菜	酢 しょうゆ 辛子		
8 金	ごはん	米				入学式	624
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	とうふのちゅうかに	油 砂糖 ごま油 でんぷん	豆腐 豚肉	しょうが 長ねぎ 玉ねぎ にんじん チンゲンサイ	酒 しょうゆ オイスターソース		
	パンサンスー	春雨 油 ごま油 砂糖	鶏肉	キャベツ もやし にんじん 小松菜	酢 しょうゆ 辛子		
11 月	チキンライス	米 バター	鶏肉 ウインナー	にんじん 玉ねぎ エリンギ グリンピース トマト	ケチャップ コンソメ 塩 こしょう	822	625
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	しろみざかなのバジルフライ	油	◇白身魚バジルフライ				
	こまつなサラダ	ごま 油	チーズ	小松菜 キャベツ にんじん	酢 塩 こしょう		
12 火	まるパン	◇丸パン				824	650
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	ハンバーグデミグラスソース		◇ハンバーグ	トマト	デミグラスソース ソース 赤ワイン		
	コールスローサラダ	ノンエッグマヨネーズ 油	チーズ	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし	酢 塩 こしょう		
イタリアンスープ	スパゲッティ パン粉	鶏卵 鶏肉 ベーコン	にんじん 玉ねぎ 小松菜	チキンガラスープ 酒 塩 こしょう	3.2		
13 水	ごはん	米				867	652
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	あげぎょうざ	油	◇肉ぎょうざ				
	チンジャオロースー	油 でんぷん	豚肉	しょうが 竹の子 ピーマン 赤ピーマン にんにく	しょうゆ 酒 オイスターソース 塩 こしょう		
はるさめスープ	春雨 ごま油	ベーコン うすら卵	にんじん 小松菜 長ねぎ しいたけ	チキンガラスープ しょうゆ 塩 こしょう	2.3		
14 木	はちみつパン	◇はちみつパン				785	591
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	クリームシチュー	じゃがいも 米粉 油 バター	鶏肉 白いんげん豆 チーズ 牛乳	にんじん 玉ねぎ とうもろこし エリンギ グリンピース	コンソメ 塩 こしょう		
	ガーリックドレッシングサラダ	オリーブ油	まぐろ油漬け	小松菜 キャベツ にんじん にんにく しょうが	しょうゆ みりん		
15 金	ごはん	米				829	643
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	もうかフライ	油	◇もうかフライ				
	ごしきあえ	ごま 砂糖	◇細切り卵焼き	小松菜 にんじん きゅうり もやし	しょうゆ 酢		
おいわいすましじる	花麩	鶏肉 なたと 豆腐	にんじん えのきたけ 長ねぎ	塩 しょうゆ 酒 かつおだし	2.5		
19 火	はるキャベツのスパゲッティ	スパゲッティ 油 バター	鶏肉 チーズ ゼラチン	キャベツ 玉ねぎ にんじん とうもろこし にんにく	白ワイン コンソメ 塩 こしょう しょうゆ	755	637
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	コロッケ	油	◇ポークコロッケ				
	だいこんサラダ	油	まぐろ油漬け	大根 小松菜 にんじん	酢 しょうゆ 塩 こしょう		
いちごゼリー	◇いちごゼリー				2.7		
20 水	ごはん	米				824	638
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	さばのしおゆき		さば		塩		
	きんぴら	油 砂糖 ごま		ごぼう にんじん こんにゃく	しょうゆ みりん 酒 一味唐辛子		
はるやさいのみそしる	じゃがいも	油揚げ みそ	玉ねぎ キャベツ 竹の子	かつおだし	3.0		
21 木	くろパン	◇くろパン				808	613
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	とりにくのマーメイドやき		鶏肉	みかん オレンジ なつみかん	しょうゆ 酒		
	コーンサラダ	油		とうもろこし キャベツ 小松菜 にんじん	酢 塩 こしょう		
まめとポテトのミルクスープ	じゃがいも 油 米粉	ウインナー 白いんげん豆 牛乳	玉ねぎ にんじん ほうれん草	コンソメ 塩 こしょう	3.7		
22 金	ごはん	米				786	605
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	にくじゃが	じゃがいも 砂糖 油	豚肉 高野豆腐	にんじん 玉ねぎ グリンピース こんにゃく しょうが	しょうゆ みりん		
	からしあえ		ハム	小松菜 にんじん きゅうり キャベツ	しょうゆ 辛子		
あじつけのり		◇味付けのり			2.3		
25 月	ごはん	米				819	631
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	ポークカレー	じゃがいも 油	豚肉 ミルクカルシウム	にんじん 玉ねぎ グリンピース にんにく しょうが トマト	カレールー ソース ◇チャツネ		
	わかめサラダ	油	わかめ まぐろ油漬け	小松菜 にんじん キャベツ	しょうゆ 酢 塩 こしょう		
26 火	ココアあげパン	◇ココアパン 油	ミルクココア			806	621
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	ピリからチキンサラダ	ごま 油 砂糖	鶏肉 わかめ	キャベツ きゅうり にんじん にんにく しょうが	酢 しょうゆ 豆板醤 塩 こしょう		
	ワンタンスープ	◇ワンタンの皮 ごま油	豚肉	にんじん 長ねぎ もやし しいたけ えのきたけ ほうれん草	チキンガラスープ しょうゆ 塩 こしょう		
ヨーグルト		◇ヨーグルト			3.2		
27 水	だけのごはん	米 砂糖 油	鶏肉 油揚げ	竹の子 しいたけ にんじん グリンピース	酒 みりん しょうゆ	788	599
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	あつやきたまご		◇厚焼きたまご				
	いとがまぼこのとさあえ	砂糖 油	かまぼこ かつお節	キャベツ きゅうり 小松菜 にんじん	しょうゆ 酢		
28 木	ミルクパン	◇ミルクパン				793	603
	ぎゅうにゅう		牛乳				
	ポークビーンズ	じゃがいも 油 砂糖	豚肉 大豆 ベーコン スキムミルク	にんじん 玉ねぎ にんにく パセリ トマト	ケチャップ 赤ワイン チキンガラスープ こしょう ソース コンソメ		
	かんでんいりヘルシーサラダ	油	まぐろ油漬け 寒天	キャベツ にんじん 小松菜	酢 しょうゆ こしょう		

※ 都合により、献立や材料を変更することがありますので、ご了承ください。

※ ひたちなか市では、平成28年4月1日に「魚食の普及推進に関する条例」を制定しています。給食でも、魚料理には献立表に魚(魚)のマークをつけてお知らせしていますので、魚をどんどん食べて、ひたちなか市を盛り上げましょう。

※ ◇マークの食品は加工品です。