

献立表

4月
平成24年度
弥彦小学校

～今月の弥彦産～



米

※米とみそは
一年中弥彦産です。

みそ



※4月10日に「弥彦産みそのおみそ汁」という献立があります。新年度の始まりですから、あえて名づけましたが、給食に登場するおみそ汁はすべて「弥彦産みそ」です。

※弥彦村でとれた大豆を使って、弥彦村で仕込みました。まさに「ふるさとの味」ですね。

一年間、おいしく楽し
いただきます！



給食調理室です。
今年度もよろしくお願ひいたします。

☆献立は都合で変更する場合があります。

☆お米は100%弥彦産コシヒカリです。

日	曜	献立名			ご家庭で とってほしい 食品	使用する主な食品			エネルギー量 (kcal)
		主食	牛乳	おかず		体をつくる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	
10	火	なめたけ ごはん	○	ホキの薬味ソース みもざソテー 「弥彦産みそ」のおみそ汁 ※	海藻類	牛乳 ホキ ウインナー たまご とうふ 油揚げ みそ	米 麦 かたくり粉 油 じゃがいも さとう ごま	えのき ねぎ ほうれんそう キャベツ にんじん とうもろこし	618
11	水	親子丼 (麦ごはん)	○	もやしあえ ミニシアチーズ	いも類	牛乳 たまご とり肉 ツナ わかめ	米 麦 さとう 油 ごま デザート	たまねぎ にんじん こまつな しいたけ こんにゃく きゅうり もやし	614
12	木	ハン バーガー	オレ ン ジ	【カット丸パン、ハンバーグ 1人用ケチャップ】 ポテトサラダ コーンポタージュ	豆・豆製品	豚肉 ヨーグルト 牛乳	パン じゃがいも マヨネーズ	オレンジ にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ とうもろこし グリーンピース パセリ	562
13	金	ごはん	○	とりの照り焼き ひじきのマリネ もずくのみそ汁	種実類	とり肉 ひじき ハム もずく 油揚げ とうふ みそ	米 さとう 油 じゃがいも	にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし ねぎ えのき	582
16	月	たまごカレー ・麦ごはん	○	ヨーグルトあえ	豆・豆製品	牛乳 うすら卵 ぶた肉 ヨーグルト	米 麦 油 じゃがいも ルウ	にんじん たまねぎ グリンピース みかん パイン もも りんご	691
17	火	ごはん	○	さばのみそ煮 切干大根煮 春キャベツのみそ汁	種実類	牛乳 さば みそ とり肉 さつま揚げ 油揚げ みそ	米 油 さとう じゃがいも	切干大根 こんにゃく にんじん まねぎ キャベツ 絹さや	650
18	水	ごはん	○	いかのピリカウ焼 ごますあえ 春野菜の煮物	海藻類	牛乳 いか かまぼこ 豚肉 生揚げ みそ	米 さとう ごま じゃがいも	ほうれんそう キャベツ もやし にんじん キャベツ しめじ 絹さや こんにゃく	565
19	木	みそラーメン (中華めん)	○	しゅうまい 2個 大豆サラダ	いも類	牛乳 豚肉 みそ 大豆 ハム	めん 油 小麦粉 アーモンド	たまねぎ もやし にんじん キャベツ ねぎ にら しなちく とうもろこし ほうれんそう きゅうり	688
20	金	ごはん	○	とりのレモンあえ しおこんぶあえ 山菜汁	くだもの	牛乳 とり肉 こんぶ 生揚げ みそ	米 かたくり粉 油 さとう ごま じゃがいも	レモン キャベツ きゅうり にんじん ねぎ わらび みずな ぶき	632
23	月	ごはん	○	ますの塩焼 五目きんぴら こまつなのみそ汁	くだもの	牛乳 ます さつま揚げ 油揚げ みそ	米 さとう 油 じゃがいも	こんにゃく ごぼう にんじん れんこん こまつな えのき ねぎ	562
24	火	マーボー丼 (麦ごはん)	○	華風あえ かんきつ類	種実類	牛乳 豚肉 とうふ みそ たまご ハム	米 麦 油 さとう	しいたけ たけのこ にんじん たまねぎ ねぎ にら もやし きゅうり もやし ほうれんそう かんきつ	600
25	水	たけのこ ごはん	○	大豆と小魚の揚げ煮 いそひたし すまし汁	いも類	牛乳 油揚げ のり とうふ	米 麦 さとう かたくり粉 油 ごま	たけのこ にんじん キャベツ ほうれんそう ねぎ えのき	565
26	木	くるみ レーズン コッペ	○	リヨネーズソテー 春野菜のポトフ	豆・豆製品	牛乳 豚肉 チーズ ウインナー	パン さとう くるみ かたくり粉 油 じゃがいも スパゲティ	干しぶどう にんじん たまねぎ パセリ セロリー キャベツ かぶ いんげん	659
27	金	ハヤシ ライス (麦ごはん)	○	ふくじんあえ ミニりんごゼリー	海藻類	牛乳 豚肉 チーズ	米 麦 油 じゃがいも ルウ さとう ごま ゼリー	たまねぎ にんじん しめじ トマト ふくじんづけ きゅうり キャベツ	643