

令和5年度(4月11日~4月24日)

4月 学校給食献立表

(食材確認用献立表)

川西市教育委員会

※食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

日・曜	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	24日(月)
献立名	牛乳 白飯 だいこんのみそ汁 そぼろ煮	牛乳 白飯 はるさめスープ 挽肉のオイスターソース炒め きゃべつのあえもの	牛乳 ハヤシライス 白飯 ハッシュドビーフ ジャーマンポテト	牛乳 白飯 あおさ入りみそ汁 鶏肉のあまからソースかけ はりはり大根	牛乳 白飯 肉じゃが ゆばと野菜のおかか煮	牛乳 白飯 すまし汁 たけのこのみそ炒め ぶどうかん	牛乳 とふめし もち麦めん汁 ひじきの炒め煮	牛乳 白飯 じゃがいものみそ汁 さわらのからあげ だいこんのあえもの	牛乳 食パン いちごジャム(手作り) ソインチュール ハムときゃべつの炒め煮	牛乳 白飯 マーボー豆腐 パンサンズー
材料名および使用量(g)	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 精白米 60□ 豆腐(冷) 15□ さば缶 15○ 油あげ(冷) 3○ ごぼう(ききがき) 3△ にんじん 3△ しょうゆ(濃) 4 しょうゆ(淡) 2 みりん 1 水 74	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 食パン 1袋□ (60/80/100)	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101
	だいこん 20△ 豆腐(冷) 20○ 油あげ(冷) 5○ わかめ(乾) 0.5○ にんじん 15△ 葉ねぎ 5△ みそ(赤) 9○ けずりふし(だし用) 2 煮干し(だし用) 1 水 120	はるさめ 7□ えび(80~120・冷) 20○ 清酒 1 緑豆もやし 15△ にんじん 10△ きくらげ(乾) 0.3△ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02	牛肉(細切) 35○ たまねぎ 70△ にんじん 20△ マッシュルーム(水煮) 10△ にんにく 0.3△ サラダ油 1□ 小麦粉 6□ バター(調) 6□ トマトペースト 8△ ソース(ウスター) 4 しょうゆ(濃) 2 ぶどう酒(赤) 1 塩 0.2 こしょう(黒) 0.02	あおさ(乾) 0.8○ たまねぎ 25△ にんじん 10△ えのきだけ 10△ 葉ねぎ 3△ みそ(赤) 10○ けずりふし(だし用) 2 煮干し(だし用) 1 水 130	鶏肉(若10・皮つき) 50○ でんぷん 5□ てんぷら油 8□ さとう(三温) 2□ しょうゆ(濃) 2 みりん 0.5 切干大根 4△ しらす干し 2○ にんじん 5△ 酢 1.2 しょうゆ(淡) 1 さとう(三温) 0.3□	牛肉(スライス) 20○ じゃがいも 80□ たまねぎ 40△ 糸こんにやく 35△ にんじん 25△ サラダ油 1□ しょうゆ(濃) 5.5 さとう(三温) 3□ みりん 1 水 20	豆腐(冷) 20○ わかめ(乾) 0.5○ にんじん 15△ えのきだけ 10△ みつば 3△ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 けずりふし(だし用) 2 こんぶ(だし用) 0.5 水 130	牛乳 1本○ 精白米 60□ 豆腐(冷) 15□ さば缶 15○ 油あげ(冷) 3○ ごぼう(ききがき) 3△ にんじん 3△ しょうゆ(濃) 4 しょうゆ(淡) 2 みりん 1 水 74	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 食パン 1袋□ (60/80/100)
	合挽肉(4.8) 30○ じゃがいも 30□ たまねぎ 20△ にんじん 5△ サラダ油 0.5□ しょうゆ(濃) 2.5 さとう(三温) 1.5□ みりん 0.5 水 8	豚挽肉 30○ 葉ねぎ 5△ しょうが 0.2△ にんにく 0.1△ ごま油 0.5□ みそ(赤) 2○ さとう(三温) 1□ しょうゆ(濃) 0.5 オイスターソース 0.3 でんぷん 0.3□ きゃべつ 30△ にんじん 5△ しょうゆ(淡) 2 酢 0.5 さとう(三温) 0.2□	パブリカパウダー 0.02 水 70 じゃがいも 40□ ベーコン 5○ たまねぎ 15△ パセリ(生) 0.5△ サラダ油 0.5□ 酢 1 さとう(三温) 0.5□ 塩 0.15 こしょう(白) 0.01 ガーリック 0.01		ゆばと野菜のおかか煮のしるなが入手困難な場合はちんげん菜等に変更となります。	たけのこのみそ炒めに使用するたけのこ(新物)が入手困難な場合はたけのこ(水煮)に変更となります	もち麦めん 10□ かまぼこ 5○ たまねぎ 15△ にんじん 15△ 葉ねぎ 5△ 干し椎茸(スライス) 0.5△ しょうゆ(淡) 3 しょうゆ(濃) 1 清酒 1 けずりふし(だし用) 2 こんぶ(だし用) 0.5 水 130	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101	牛乳 1本○ 食パン 1袋□ (60/80/100)	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 101
	エネルギー/たんぱく質 569kcal 21.3g	エネルギー/たんぱく質 541kcal 22.8g	エネルギー/たんぱく質 684kcal 21.9g	エネルギー/たんぱく質 663kcal 22.9g	エネルギー/たんぱく質 593kcal 19.7g	エネルギー/たんぱく質 524kcal 18.3g	エネルギー/たんぱく質 535kcal 20.6g	エネルギー/たんぱく質 663kcal 25.0g	エネルギー/たんぱく質 537kcal 24.2g	エネルギー/たんぱく質 635kcal 25.3g

食育の日

