

日	曜日	こんだて	体内での働き			エネルギー たんぱく質 カルシウム
			おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
13	火	混ぜ込みいなり寿司 鶏肉の照り焼き グリーンアスパラのあえもの 豆腐のすまし汁 牛乳	油揚げ 花かつお 鶏肉 豆腐 牛乳	こめ さとう ごま	にんじん アスパラガス キャベツ たまねぎ こまつな えのきたけ	658kcal 28.7g 334mg
14	水	麦ごはん 回鍋肉 もやしのナムル チンゲン菜の中華スープ 牛乳	豚肉 みそ 肉団子 牛乳	こめ 強化米 おおむぎ ごま油 油 さとう ごま	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ にんじん きくらげ ほうれんそう もやし チンゲンサイ ヤングコーン しいたけ	582kcal 23.5g 367mg
15	木	ごはん 野菜カレー 赤魚のハーブ焼き 春キャベツとハムのサラダ 牛乳 お祝いいちごクレープ (小中) 【入学進級お祝い給食】	あかうお ハム 牛乳 	こめ 強化米 じゃがいも 油 /アルギン酸-レク オリーブ油 ノンエッグマヨネーズ いちごクレープ (小中)	かぼちゃ たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ きゅうり	766kcal 27.2g 279mg
16	金	麦ごはん ちくわの磯辺揚げ (小:2個、 中:3個) 赤こんにやくきんぴら 豚汁 牛乳 【地場産物の料理】	ちくわ のり 豚肉 豆腐 みそ 牛乳	こめ 強化米 おおむぎ てんぷら粉 油 ごま さとう	赤こんにやく ごぼう にんじん さやいんげん だいこん はくさい ねぎ	627kcal 23.7g 340mg
19	月	麦ごはん 自身魚のレモン風味揚げ ブロッコリーサラダ 春キャベツのみそ汁 牛乳 お祝いいちごクレープ (幼) 【幼稚園 給食開始】	たら まぐろ 油揚げ みそ 牛乳	こめ 強化米 おおむぎ かたくりこ 油 さとう ドレッシング/パンツマー いちごクレープ (幼)	レモン たまねぎ ブロッコリー スイートコーン にんじん キャベツ	601kcal 25.3g 299mg
20	火	コッペパン (小麦、乳対応なし) 苺ジャム 豚肉のケチャップ炒め だいこんツナサラダ 春野菜のスープ煮 牛乳	豚肉 まぐろ ウインナー 牛乳	コッペパン いちごジャム さとう かたくりこ 油 マヨネーズ じゃがいも	たまねぎ だいこん こまつな 赤ピーマン スイートコーン にんじん アスパラガス キャベツ	639kcal 26.8g 334mg
21	水	麦ごはん ビビンバの具 春巻 わかめスープ 牛乳	牛肉 春巻 わかめ 牛乳	こめ 強化米 おおむぎ ごま油 油 さとう	にんじん ほうれんそう もやし 山菜 しょうが にんにく たまねぎ たけのこ スイートコーン	666kcal 20.8g 275mg
22	木	ゆかりごはん 焼きししゃも (幼~小 2:1尾、小3~小6:2尾、中:3尾) 菜の花おかかあえ けんちん汁 牛乳 三色だんご 【かみかみメニューの日】【お花見メニュー】	ししゃも 花かつお 鶏肉 豆腐 かまぼこ 牛乳	こめ 強化米 三色団子 	ゆかり 菜の花 ほうれんそう もやし にんじん ごぼう だいこん ねぎ	611kcal 24.6g 381mg
23	金	ソフト麺 (小麦対応なし) 卵とじうどんの汁 おこのみあげ(一食とんかつソース) 切干大根の和え物 牛乳	油揚げ シラス/ボソかまぼこ たまご たこのり 鶏肉 わかめ 牛乳 【外食リポ ソフ♪の♪エト】	ソフトめん かたくりこ こむぎ粉 油 ごま油 さとう ごま	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ キャベツ 千切生姜 切干しだいこん きゅうり	650kcal 29.1g 319mg
26	月	麦ごはん 肉じゃが 昆布あえ 納豆(一食花かつお) 牛乳 【すこやかメニューの日(食物せんいが多いです)】	牛肉 こんぶ 納豆 花かつお 牛乳	こめ 強化米 おおむぎ じゃがいも 油 さとう ごま油	たまねぎ にんじん 赤こんにやく さやいんげん キャベツ きゅうり	664kcal 26.7g 327mg
27	火	黒糖食パン (小麦、乳対応なし) ハンバーグ 大根サラダ クリームスープ 牛乳 【こつこつメニューの日(カルシウムが多いです)】	ハンバーグ ハム 豚肉 牛乳	黒糖食パン さとう じゃがいも 油 クリームシチュールウ	だいこん こまつな にんじん たまねぎ グリーンピース マッシュルーム	664kcal 28.4g 449mg
28	水	麦ごはん さわらの柚子風味焼き 春雨の酢の物 若竹汁 牛乳 ファイバーヨーグルト	さわら 短冊玉子 油揚げ 豆腐 わかめ みそ 牛乳 ファイバーヨーグルト	こめ 強化米 おおむぎ はるさめ さとう ごま油	にんじん キャベツ たけのこ	666kcal 29.1g 376mg
30	金	麦ごはん 鶏肉の梅肉サンドフライ 大豆の磯煮 じゃがいものみそ汁 牛乳	鶏肉うめサンドフライ だいず ひじき さつま揚げ みそ 牛乳	こめ 強化米 おおむぎ 油 さとう じゃがいも	にんじん こんにやく グリーンピース だいこん たまねぎ チンゲンサイ	652kcal 25.9g 313mg

※緊急時や材料等の都合で、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

【今月の県内産地場産は キャベツ、小松菜、ほうれん草、アスパラガス、牛乳 を使用します】
【今月の町内産は 環境こだわり米・キヌヒカリ (無洗米)、たまねぎ、みそ を使用します】



QRコードを読み込
むとホームページでも
ご覧いただけます。



愛荘町給食センターでは食物アレルギーの申請手続きをされた方に対応食の提供をしています。食物アレルギーで対象となる原因食品は、卵、乳、小麦、えび・かに、大豆です。ただし、小麦・大豆由来の調味料等は除く対応となっています。また、食物アレルギーの重篤な症状をおこす原因となる、そばと落花生は給食に使用しておりません。当センターでは、そば・落花生を含む全ての食品において、コンタミネーションの対応はできませんのでご了承ください。




食物アレルギー対応食についてのご質問は、給食センターまでお問い合わせください。

電話：0749-42-2644

☆ハンカチやマスク、お箸、エプロン(白衣)の衛生にご協力をお願いします☆

※給食用に清潔なマスク、ハンカチ、お箸を毎日ご用意ください。

※給食当番の順番がまわってきましてら、エプロン(白衣)の洗濯をお願いします。

