



れい わ ねん がつ がっ こう きゅうし ゃく こ ん だ て よ て い ひ ゃう し ゃう がっ こ う
令和3年4月 学校給食献立予定表(小学校)



津山市立戸島学校食育センター

| ひつげ 日付 | こん だて めい 献立名 | エネルギー (kcal) タンパク(g) | おもなざいりょう | | | | | |
|-----------|---|----------------------------|-----------------------------|----------------------|----------------------------------|---------------------|---------------------------------|--|
| | | | エネルギーのもとになる | | からだつく 体を作るもとになる | | からだちようし ととの 体の調子を整える | |
| 9 (金) | とり 鶏そぼろ丼 牛乳 キャベツのみそ汁 | 592 26.4 | 米 さとう | 米ぬか油 じゃがいも | 牛乳 とうふ みそ | とりにく 油あげ | しょうが たけのこ グリーンピース しめじ | たまねぎ にんじん キャベツ ねぎ |
| 12 (月) | ごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ おかかあえ 豚汁 | 615 24.1 | 米 こんにやく | 米ぬか油 さといも | 牛乳 ちくわのいそべあげ 油あげ かつおけずり | ぶたにく みそ | こまつな もやし だいこん ねぎ | キャベツ にんじん ごぼう |
| 13 (火) | チキンカレーライス 牛乳 福神あえ | 603 19.5 | 米 米ぬか油 | カレールー じゃがいも | 牛乳 | とりにく | にんじん にんにく はくさい たまねぎ | グリーンピース だいこん きゅうり ふくじんづけ |
| 14 (水) | しょうゆラーメン 牛乳 中華あえ | 629 29.0 | ちゅうかめん ごま油 | さとう | 牛乳 やきぶた | ぶたにく ハム | にんじん たけのこ ねぎ もやし | たまねぎ チンゲンサイ キャベツ きゅうり |
| 15 (木) | 【オリンピック・パラリンピック応援献立～アメリカ～】 スラッピージョー 牛乳 豆乳コーンチャウダー | 666 27.4 | コッペパン さとう じゃがいも | 米ぬか油 米パンこ 米こ | 牛乳 ぶたにく とうにゅう | だいち ウイナー | にんじん コーン マッシュルーム | たまねぎ グリーンピース |
| 16 (金) | ごはん 牛乳 じゃがいもと厚揚げの煮物 甘酢あえ | 605 21.9 | 米 こんにやく 米ぬか油 | じゃがいも さとう | 牛乳 あつあげ | とりにく かまぼこ | しょうが たまねぎ キャベツ ほうれんそう | にんじん さやいんげん もやし |
| 19 (月) | 【入学・進級祝い献立】 わかめごはん 牛乳 鶏肉の桜焼き 千草あえ 春のすまし汁 お祝いゼリー | 604 28.7 | 米 でんぶん | さとう ゼリー | 牛乳 わかめ かまぼこ | とりにく とうふ | こまつな にんじん えのきたけ たけのこ | キャベツ コーン ねぎ たまねぎ さくらのほ |
| 20 (火) | ごはん 牛乳 春山の卵とじ 梅肉あえ | 617 25.7 | 米 じゃがいも | 米ぬか油 さとう | 牛乳 こうやとうふ かまぼこ | とりにく たまご | たけのこ たまねぎ きぬさや れんこん | にんじん わらび うめ だいこん ほうれんそう |
| 21 (水) | ハッシュドポークスパゲティ 牛乳 グリーンサラダ | 687 29.1 | ソフトめん でんぶん 米ぬか油 | ハヤシルウ さとう | 牛乳 ぶたにく | ツナ | にんにく にんじん エリンギ キャベツ | たまねぎ しめじ きゅうり グリーンピース ブロッコリー |
| 22 (木) | コッペパン 牛乳 ハンバーグ コールスローサラダ 野菜スープ | 675 24.8 | コッペパン 米ぬか油 パンエッグマヨネーズ | じゃがいも | 牛乳 ベーコン | ハンバーグ | にんじん コーン たまねぎ チンゲンサイ | キャベツ きゅうり だいこん |
| 23 (金) | ごはん 牛乳 鱈フライ 切干大根の酢の物 みそ汁 | 658 25.2 | 米 さとう | 米ぬか油 さとう | 牛乳 みそ さわらフライ | ちくわ 油あげ | もやし きりぼしだいこん たまねぎ はくさい | きゅうり にんじん しめじ ねぎ |
| 26 (月) | ごはん 手作り青菜ふりかけ 牛乳 豚肉とキャベツのみそ炒め 豆腐汁 さくらもち | 644 28.4 | 米 米ぬか油 さくらもち | さとう こんにやく | 牛乳 ぶたにく とうふ | かつおけずり みそ ちくわ | こまつな しょうが たまねぎ しめじ | だいこんば にんにく だいこん キャベツ ねぎ |
| 27 (火) | 中華丼 牛乳 わかめスープ | 595 23.5 | 米 でんぶん | 米ぬか油 はるさめ | 牛乳 ぶたにく わかめ | さつまあげ ベーコン | しょうが たまねぎ たけのこ しいたけ | にんじん はくさい チンゲンサイ もやし |
| 28 (水) | 【八十八夜献立】 山菜五目うどん 牛乳 じゃこあえ 八女茶ムース | 615 25.4 | うどん ムース | さとう | 牛乳 とりにく こんぶ | 油あげ しらすぼし | わらび にんじん えのきたけ ほうれんそう | キャベツ たまねぎ ねぎ だいこん |
| 30 (金) | ごはん 牛乳 あじの木の芽みそがけ ひたし 田舎汁 | 630 26.7 | 米 米ぬか油 じゃがいも | でんぶん さとう こんにやく | 牛乳 きのめみそ 油あげ | あじ みそ | もやし ほうれんそう だいこん ねぎ | キャベツ にんじん ごぼう |

- ★**太字**は、津山産の食材を使用する予定です。この他、きゅうりは津山産を優先して使用する予定です。
- ★津山市(保健給食課)のホームページに、学校給食の献立表と産地を掲載しています。
- ★都合により、献立および食材を変更する場合があります。



としまがっ こう し ゃく い く
戸島学校食育センターについて

【受配校】小学校13校 中学校4校 合計17校 【食数】約4,600食 【調理内容】学校給食の副食(おかず)
 【調理委託業者】日本国民食株 【給食配送委託業者】岡山県貨物運送株



し ゃく い ん い ち だう
職員一同、みなさんにおいしく食べてもらえるよう、心を込めて給食を届けます！