

令和6年4月 学校給食予定献立表

日 曜	こんだて		体の調子を整える食品						その他 調味料	おやつ
			体をつくるもとになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品			
			1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 ビタミン・無機質	4群	5群 炭水化物	6群 脂質		
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海菜	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油脂		
1 (月)	主食	ごはん						ごはん		
	主菜	キーマカレー	豚肉 ミックスドビーンズ	粉チーズ	トマト にんじん ピーマン	たまねぎ		じゃがいも	油	
	副菜	わかめサラダ	まぐろ	わかめ		キャベツ きゅうり レモン		砂糖	ごま油	
	他	牛乳		牛乳						
2 (水)	主食	焼きそば	豚肉		にんじん	キャベツ しいたけ	もやし	中華メン	油	
	主菜	ちくわの磯辺揚げ	焼きちくわ	薄のり				小麦粉	油	
	副菜	こんぶあえ		塩こんぶ	にら	白菜 きゅうり			ごま	
	他	牛乳		牛乳						
3 (水)	主食	ごはん						ごはん		
	主菜	ユーリンチー	鶏肉			長ねぎ にんにく	しょうが	じゃがいも でん粉 砂糖	油	
	副菜	小松菜ナムル		わかめ	小松菜	もやし			ごま油 ごま	
	他	牛乳		牛乳						
4 (水)	主食	ごはん						ごはん		
	主菜	豚肉のしょうが炒め	豚肉		ピーマン	たまねぎ しょうが		砂糖	油	
	副菜	ひじきとコーンのサラダ		ひじき	にんじん	とうもろこし キャベツ たまねぎ		砂糖	油	
	他	牛乳		牛乳						
5 (水)	主食	クロワッサン						クロワッサン		
	主菜	チリビーンズ	豚肉 ウインナー ミックスドビーンズ		トマト パセリ にんじん	たまねぎ セロリ にんにく		じゃがいも	油	
	副菜	フレンチサラダ	ベーコン		ブロッコリー にんじん	きゅうり とうもろこし			オリーブオイル	
	他	牛乳		牛乳						
8 (月)	主食	ごはん						ごはん		
	主菜	里いもの肉みそがらめ	豚肉 みそ		にんじん にら	たまねぎ にんにく	しょうが	里いも でん粉 砂糖	油	
	副菜	のり酢あえ	まぐろ	のり	小松菜					
	他	牛乳		牛乳						
9 (水)	主食	はちみつパン						はちみつパン		
	主菜	鶏肉の豆乳シチュー	鶏肉 豆乳 白いんげん豆		にんじん パセリ	たまねぎ セロリ エリンギ とうもろこし		じゃがいも 小麦粉	油	
	副菜	ブロッコリーサラダ			小松菜 にんじん ブロッコリー	キャベツ にんにく		砂糖	油	
	他	牛乳		牛乳						
10 (水)	主食	ごはん						ごはん		
	主菜	ポークカレー	豚肉		にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく ブルーン		じゃがいも	油	
	副菜	ツナサラダ	まぐろ		にんじん	キャベツ たまねぎ	きゅうり		油	
	他	牛乳		牛乳						
11 (水)	主食	ごはん						ごはん		
	主菜	鮭の香味ソースがけ	★鮭切身でん粉付き			長ねぎ にんにく しょうが		砂糖	ごま油 油	
	副菜	にらのナムル			にんじん にら	キャベツ もやし			ごま油	
	他	牛乳		牛乳						
12 (水)	主食	米パン						米パン		
	主菜	ハンバーグトマトソース	★ハンバーグ		トマト	たまねぎ		砂糖	油	
	副菜	ポテトサラダ	ハム		にんじん	たまねぎ きゅうり		じゃがいも	油	
	他	牛乳		牛乳						
15 (月)	主食	ごはん						ごはん		
	主菜	鶏肉のから揚げ	鶏肉			しょうが にんにく		でん粉	油	
	副菜	ツナと切干し大根のサラダ	まぐろ		にんじん	切干し大根 もやし きゅうり		砂糖	ごま油 油	
	他	牛乳		牛乳						
16 (水)	主食	ソフトメン						ソフトメン		
	主菜	きつねうどん	鶏肉 油揚げ ★なるこ		ほうれん草 にんじん	だけのこと 長ねぎ	しいたけ		ごま油 油	
	副菜	大根サラダ	ハム		にんじん	大根 きゅうり にんにく とうもろこし			ごま油 油	
	他	牛乳		牛乳						

☆小魚類（しらす・ちりめんじゃこ等）は、えび・かきを食べているか、えび・かきが混ざる漁場で採取しています。

日曜	こんだて	体の中での主なほたらき						その他調味料	おやつ
		体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品			
		1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 ビタミン・無機質	4群	5群 炭水化物	6群 脂質		
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油脂		
17 (水)	主食	ごはん					ごはん		おやつ チーズ お好み焼き
	主菜	あじのさんが焼き	★あじのさんが焼き						
	副菜	菜の花のおひだし	かつお節		ほうれん草 菜の花	キャベツ とうもろこし		しょうゆ	
	他	さつまいも汁	みそ		にんじん	大根 長ねぎ ごぼう	さつまいも こんにゃく	油 混合だし	
18 (木)	主食	菜ごはん					ごはん 麦		おかし フルーツ ロールパン
	主菜	三色そばろ	鶏肉 大豆 ★いり玉子			しょうが	砂糖	油 しょうゆ 酒 みりん	
	副菜	もやしとにらのおえもの			にんじん にら	もやし	三温糖	ごま油 しょうゆ	
	他	実だくさん汁	豆腐		小松菜 にんじん	長ねぎ しんじけ ごぼう	さといも	混合だし しょうゆ 塩	
19 (金)	主食	菜パン					菜パン		おかし
	主菜	豚肉と豆のトマト煮	豚肉 ベーコン 大豆 白いんげん豆 赤いんげん豆		トマト にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも 砂糖	油 クチャップ、赤ワイン、塩、こしょう ★オスターソース 野菜ブイヨン	
	副菜	ガーリックドレッシングサラダ	ハム		小松菜 にんじん	キャベツ にんにく	たまねぎ しょうが	油 しょうゆ みりん 塩	
	他								
22 (月)	主食	ごはん					ごはん		おかし 磯飯味ポテト
	主菜	野菜いっぱいマーボー豆腐	豆腐 豚肉 みそ		にんじん にら	大根、しいたけ しょうが たまねぎ にんにく 長ねぎ	でん粉 砂糖	ごま油 油 トウバンジャン チキンガラスープ	
	副菜	春雨サラダ			にんじん	キャベツ きゅうり	春雨 砂糖	ごま ごま油 油 しょうゆ 酢	
	他								
23 (火)	主食	ミルクパン					ミルクパン		おかし クレープ いちご
	主菜	鶏肉のバジルマヨネーズ焼き	鶏肉					ノンエッグマヨネーズ ★バジルソース	
	副菜	カラフルサラダ			赤パプリカ ブロッコリー	キャベツ きゅうり とうもろこし		酢 塩 しょうゆ からし粉	
	他	菜と野菜のスープ	ワインナー		ほうれん草 にんじん パセリ	たまねぎ セロリ	大麦 じゃがいも	野菜ブイヨン 塩 しょうゆ	
24 (水)	主食	ごはん					ごはん		おかし コロコロドーナツ
	主菜	さばのみそ煮	★さばのみそ煮						
	副菜	こんこんきんぴら	★さつまいも		にんじん	れんこん しいたけ	ヤーコン 枝豆	こんにゃく 砂糖 油 ごま油 しょうゆ みりん 酒	
	他	ひじき入りらたま汁	鶏肉 卵	ひじき	にんじん にら	たまねぎ えのきたけ	でん粉	混合だし しょうゆ 酒 塩	
25 (木)	主食	ごはん					ごはん		おかし 春色おにぎり
	主菜	新巻がとじゃがいものクチャップがらめ	厚揚げ		ピーマン	たまねぎ	じゃがいも でん粉 砂糖	ごま 油 クチャップ しょうゆ 酒 みりん	
	副菜	おかかあえ	かつお節		小松菜 にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖	油 しょうゆ 酢 塩	
	他	なめこ汁	豆腐 みそ		にんじん	なめこ 大根 長ねぎ		混合だし	
26 (金)	主食	コッペパン					コッペパン		おかし
	主菜	チョコクリーム					★チョコクリーム		
	副菜	コロック					★コロック	油	
	他	チキンとほうれん草のサラダ	鶏肉		ほうれん草 にんじん	キャベツ しょうが	砂糖	ごま油 しょうゆ 酢	
30 (火)	主食	ソフトメン					ソフトメン		おかし シュークリーム
	主菜	手作りかき揚げ	大豆	ちりめんじゃこ	にんじん	たまねぎ	さつまいも 小麦粉	油	
	副菜	五色あえ	★かまぼこ		ほうれん草 にんじん	もやし きゅうり	砂糖	油 しょうゆ 酢	
	他	五目うどん汁	鶏肉 油揚げ		小松菜 にんじん	たまねぎ 長ねぎ ごぼう		混合だし しょうゆ 酒 みりん 塩	

※ 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。

茨城町産の食材は、米・にらです。
ひぬ丸くんメニューの茨城町産の食材は、米・にら・にんじん・長ねぎ・ごぼう・大根です。
茨城県産の食材は、ソフトメン・牛乳・卵・豚肉・さつまいも・にんじん・赤パプリカです。



茨城町のマスコットのひぬ丸くんです。
ひぬ丸くんのマークが付いている食材は茨城町産です。