

2024 (令和 6) 年 4 月 予 定 献 立 表

鳴門教育大学附属小学校

日 曜	献立名	主にエネルギーもとになる食品	主に体を作るもとになる食品	主に体の調子を整えるもとになる食品
8 月	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	いもたき	さといも 白玉もち 砂糖	鶏肉 油揚げ	こんにやくしいたけ 人参 さやいんげん
	大豆とちりめんの揚げ煮	油 砂糖 ごま	大豆 ちりめん	しょうが
	青りんごゼリー	青りんごゼリー(りんご果汁 砂糖)		
9 火	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	麻婆豆腐	油 ごま油 でんぷん	牛肉 豚肉 豆腐 味噌	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 しいたけ たけのこ ねぎ
	チンゲンサイのナムル	砂糖 ごま油 ごま	ロースハム	もやし チンゲンサイ 人参
10 水	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	かきあげ	さつまいも 小麦粉 でんぷん 油	ちりめん ひじき えび 卵	玉ねぎ 人参 ごぼう 枝豆
	大根の味噌汁		豆腐 油揚げ 味噌	人参 大根 玉ねぎ しめじ ねぎ
	お祝いいちごゼリー	お祝いいちごゼリー(いちご 砂糖)		
11 木	牛乳 麦ごはん	精白米 強化米 押麦	牛乳	
	親子丼	油 砂糖 でんぷん	鶏肉 かまぼこ 卵	しいたけ 人参 玉ねぎ ねぎ
	すだち酢和え	砂糖	油揚げ	キャベツ 小松菜 人参 すだち果汁
	ヨーグルト		ヨーグルト(乳)	
12 金	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	ハンバーグラタトゥイユソース	オリーブ油 砂糖 でんぷん	豚肉 鶏肉 ベーコン	玉ねぎ なす トマト セロリ ピーマン にんにく
	チーズ粉ふきいも	じゃがいも	チーズ(乳)	パセリ
15 月	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	ほいこうろう	ごま油 ごま 砂糖 油	豚肉 がんもどき(ごま) 味噌	キャベツ しいたけ たけのこ ピーマン 人参 玉ねぎ にんにく しょうが
	ぎょうぎ	小麦粉 でんぷん 米粉 ごま油 油	豚肉	キャベツ 玉ねぎ ねぎ にんにく しょうが
16 火	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	根菜うどん	うどん(小麦) 油 砂糖 ごま	鶏肉 ちくわ 油揚げ わかめ	にんにく 白菜 人参 大根 ごぼう れんこん 白ねぎ
	いかの天ぷら	小麦粉 でんぷん 油	いか	
	ミニトマト			ミニトマト
17 水	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	ハヤシライス	エスパニョールソース(小麦 乳) シチューベース(小麦 乳) バター(乳) 油	牛肉	玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリンピース にんにく
	マカロニサラダ	マカロニ(小麦) マヨネーズ(卵)	ロースハム	きゅうり 玉ねぎ
18 木	牛乳 麦ごはん	精白米 強化米 押麦	牛乳	
	さわらのごま味噌かけ	でんぷん 油 砂糖 ごま	さわら 味噌	しょうが
	ゆでブロッコリー			ブロッコリー
	かきたま汁		豆腐 かまぼこ 卵	人参 白菜 玉ねぎ えのき ねぎ
19 金	牛乳 きなこ揚げパン	コッペパン(小麦) 油 砂糖	牛乳/きなこ	
	かぼちゃグラタン	じゃがいも でんぷん 小麦粉 コーンフラワー 砂糖 マーガリン	牛乳 チーズ(乳)	かぼちゃ 人参 玉ねぎ とうもろこし
	コンソメスープ	マカロニ(小麦) 油	ベーコン	人参 玉ねぎ レタス
22 月	牛乳 わかめごはん	精白米 強化米	牛乳/わかめごはんの素	
	じゃがいものそばろ煮	じゃがいも 油 砂糖	鶏肉 厚揚げ	しょうが 人参 玉ねぎ たけのこ しいたけ グリンピース
	小松菜とれんこんのごま和え	ごま 砂糖		小松菜 もやし れんこん
23 火	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	切り干し大根の卵とじ	砂糖 油	鶏肉 さつまあげ 昆布 卵	切り干し大根 人参 しめじ さやいんげん
	さんまのおかか煮	砂糖	さんま かつお節	
	ひじきのり		ひじきのり	
24 水	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	豚肉のごまがらめ	でんぷん 油 砂糖 ごま	豚肉	しょうが
	ゆでキャベツ			キャベツ
	さつまいもの味噌汁	さつまいも	豆腐 わかめ 油揚げ 味噌	人参 玉ねぎ しめじ
25 木	牛乳 麦ごはん	精白米 強化米 押麦	牛乳	
	キムチ丼	砂糖 ごま油 ごま	豚肉 昆布	人参 もやし 白菜 たらこ にんにく 玉ねぎ 大根 りんご
	わかめスープ	ごま	えび 厚揚げ わかめ	玉ねぎ 人参 大根
	フルーツ杏仁	フルーツ杏仁(豆乳 もも あんず)		
26 金	牛乳 コッペパン	コッペパン(小麦)	牛乳	
	スパゲティナポリタン	スパゲティ(小麦) 油 砂糖 バター(乳)	ベーコン いか えび	人参 玉ねぎ マッシュルーム ピーマン にんにく しょうが
	海そうサラダ	棒棒鶏ドレッシング(ごま ほうたて エキス)	ロースハム 海そうミックス	きゅうり コーン
	レーズンクリーム	レーズンクリーム(大豆 乳)		
30 火	牛乳 ごはん	精白米 強化米	牛乳	
	ホキフライ	パン粉 小麦粉 でんぷん 油	ホキ	
	おひたし		かつお節	白菜 人参
	けんちん汁	さといも	鶏肉 豆腐 油揚げ	大根 人参 れんこん こんにやく ねぎ

※物資の購入・その他の理由で献立を変更することがありますが、ご了承ください。

※魚は一部、魚卵を含んでいる可能性があります。