令和8年度

4月 こんだてひょう　～ 給食の準備や後片付けをきちんとしよう ～

なんと なんぽろ！

今月の平均栄養価
熱　量：803kcal
蛋白質：32.2g
脂質：25.0g　塩分：4.0g
＊麺類の汁含む

日　曜	献立名	材料名	日　曜	献立名	材料名	日　曜	献立名	材料名	日　曜	献立名	材料名	日　曜	献立名	材料名
6　月	肉うどん	豚肉・玉ネギ・小松菜・人参・もやし・長ネギ・生椎茸・昆布・砂糖・醤油・味醂・だし汁 (パックうどん…南幌産きたほなみ使用)	7　火	ごはん	南幌産ゆめぴりか	8　水	ごはん	南幌産ゆめぴりか	9　木	ごはん	南幌産ゆめぴりか	10　金	ごはん	南幌産ゆめぴりか
	おさかなナゲット3こ	小麦・豚・大豆含む キャノーラ油		マカロニスープ	マカロニ・ウインナー・キャベツ・人参・玉ネギ・コンソメ・醤油・塩・こしょう		鶏ごぼう汁	鶏肉・人参・ごぼう・厚揚げ・ぶなしめじ・味噌・だし汁・長ネギ		いももち汁	いももち・白菜・人参・ごぼう・高野豆腐・長ネギ・醤油・味醂・だし汁		中華ビーフンスープ	鶏肉・ビーフン・白菜・干し椎茸・人参・長ネギ・薄口醤油・鶏がらｽｰﾌﾟ・ｺﾝｿﾒ・ごま油・片栗粉・塩
	アセロラゼリー	アレルギー特定原材料28品目なし		鶏肉の香草焼き	鶏肉・塩・こしょう・パセリ・バジル・マヨネーズ・米油・パン粉		豆腐ハンバーグ	大豆・鶏・豚含む たれ(砂糖・醤油・みりん・片栗粉)		ほっけの和風フライ	小麦・大豆含む キャノーラ油		しゅうまい2こ	豚・大豆・小麦・ごま含む
				コーンソテー	コーン・ベーコン・玉ネギ・バター・コンソメ・塩・こしょう		肉じゃが	豚肉・じゃがいも・しらたき・玉ネギ・人参・米油・醤油・砂糖・味醂・だし汁		三色あえ	ハム・人参・きゅうり・砂糖・酢・ごま油・塩		もやしとひき肉の炒め物	もやし・小松菜・豚ひき肉・人参・すりごま・ごま油・砂糖・醤油・味醂・片栗粉
13　月	ミートスパゲティ	豚挽肉・大豆ミート・玉ネギ・人参・セロリ・にんにく・パセリ・デミグラスソース・エスパニョールソース・ケチャップ・ピューレ・トマト缶・ソース・バター・チーズ・コンソメ・砂糖 (パックスパゲティ)	14　火	麦ごはん	南幌産ゆめぴりか 国産米粒麦	15　水	わかめごはん	南幌産ゆめぴりか わかめごはんのもと	16　木	ごはん	南幌産ゆめぴりか	17　金	ミルクパン	南幌産小麦ゆめちから
	もやしサラダ	もやし・きゅうり・ハム・砂糖・醤油・ごま油・塩		チキンカレー	鶏肉・じゃが芋・玉ネギ・人参・カレールウ・にんにく・しょうが・バター・トマトケチャップ・りんご・チャツネ・粉チーズ		玉ネギと油揚げのみそ汁	玉ネギ・人参・油揚げ・味噌・だし汁		どさんこ汁	豚肉・玉ネギ・人参・いもち・コーン・味噌・バター・だし汁		人参ポタージュ	人参ペースト・人参・玉ネギ・米油・ベシャメルルウ・クリームコーン・牛乳・コンソメ・生クリーム・塩・パセリ
	お祝いクレープ	大豆含む		キャベツとかにかまのサラダ	キャベツ・かにかま・きゅうり・醤油・砂糖・ごま油・ごま		つくねバーグ	小麦・大豆・鶏含む		ちくわ磯辺揚げ	小麦・大豆含む キャノーラ油		チキンナゲット3こ	小麦・大豆・鶏含む キャノーラ油
							厚揚げの中華煮	厚揚げ・豚肉・玉ネギ・人参・干し椎茸・にんにく・生姜・米油・砂糖・醤油・ごま油・片栗粉		人参ソテー	人参・玉ネギ・豚ひき肉・醤油・オイスターソース・砂糖・塩・こしょう・米油		じゃがバタチーズベーコン	じゃが芋・ベーコン・チーズ・バター・塩・胡椒
20　月	醤油ラーメン	豚肉・メンマ・つと・小松菜・人参・もやし・玉ネギ・ごま油・胡椒・鶏がらスープ・醤油ラーメンスープ (パックラーメン…南幌産ゆめちから使用)	21　火	ごはん	南幌産ゆめぴりか	22　水	ごはん	南幌産ゆめぴりか	23　木	ごはん	南幌産ゆめぴりか	24　金	こぎつねごはん	南幌産ゆめぴりか・鶏ひき肉・酒・砂糖・醤油・油揚げ・人参・米油
	ぎょうざ2こ	小麦・豚・鶏・大豆・ごま含む		豆腐スープ	豆腐・チンゲン菜・人参・玉ネギ・生姜・ごま・ごま油・中華だし・醤油・塩・片栗粉		キャベツの味噌汁	キャベツ・人参・高野豆腐・味噌・だし汁		肉ワンタンスープ	わんたん(小麦・豚・大豆含む)・白菜・人参・玉ネギ・にら・もやし・塩ﾗｰﾒﾝｽｰﾌﾟ・鶏がらスープ・ごま・塩・胡椒		大根の味噌汁	大根・大根菜・わかめ・人参・味噌・だし汁
	カラフルゼリー(ぶどう)	アレルギー特定原材料28品目なし		鶏肉のごま照り焼き	小麦・乳・ごま・大豆・鶏・豚含む		いわしの梅煮	小麦・大豆含む		ポテトフライ	じゃがいも キャノーラ油		オニオンツナコロッケ	小麦・卵・乳・大豆・豚含む キャノーラ油
				ピーマンと肉の炒め物	豚肉・ピーマン・もやし・砂糖・醤油・オイスターソース・酒・米油・片栗粉		豚ごぼう	豚肉・ごぼう・人参・ピーマン・赤味噌・醤油・砂糖・味醂・米油・すりごま		ビビンバの具	豚肉・にんにく・生姜・酒・味醂・砂糖・醤油・赤味噌・豆板醤・米油・もやし・ほうれん草・人参ごま油・ごま		豆乳プリン	大豆含む (紙スプーンなし)
27　月	五目うどん	豚肉・玉ネギ・白菜・小松菜・人参・もやし・長ネギ・干し椎茸・つと・昆布・砂糖・醤油・味醂・だし汁 (パックうどん…南幌産きたほなみ使用)	28　火	ごはん	南幌産ゆめぴりか	29　水	しょうわ　ひ 昭和の日 今月の献立から・・・ 13日(月)…小学校1年生、はじめての給食です。お祝いｸﾚｰﾌﾟがつきます。 23日(木)…ビビンバの具をごはんにかけて食べましょう。		30　金	ごはん	南幌産ゆめぴりか	お知らせ ＊ 牛乳は、毎日つきます。 ＊ 物資の都合により献立の一部が変更になることがあります。ご了承ください。 ＊ だし汁は、昆布と節（さば・いわし・かつお・ まぐろ・むろあじ)でとっています。 ＊ 魚には骨があることがありますので、気をつけて食べましょう。 ★ うどん麺は南幌産小麦「きたほなみ」、ラーメン麺・パンは南幌産小麦「ゆめちから」を使用しています。	
	鶏の天ぷら	鶏・大豆・小麦含む キャノーラ油		沢煮椀	豚肉・大根・人参・ごぼう・大根菜・醤油・味醂・塩・胡椒・だし汁					水餃子スープ	水餃子(鶏・豚・小麦・ごま・大豆含む)・白菜・玉ネギ・人参・長ネギ・ぶなしめじ・鶏がらｽｰﾌﾟ・塩ﾗｰﾒﾝｽｰﾌﾟ・味醂・ごま・塩・胡椒			
	ヨーグルト	乳・ゼラチン含む		さばの味噌煮	さば・大豆含む					鶏肉の塩だれ焼き	鶏肉・酒・塩だれ(小麦・大豆・ごま含む)			
				きゅうりのツナあえ	ツナ・きゅうり・人参・ごま・醤油・砂糖・酢					春雨の炒め物	春雨・豚肉・人参・チンゲン菜・竹の子・生姜・ごま油・砂糖・酒・醤油・塩・胡椒			