

4月 学校給食使用食材名

舞鶴市教育委員会

日・曜日	エネルギー	メニュー	食 材 等
12 (水)	852 kcal	牛肉とごぼうのまぜごはん	牛肉、ごぼう、三度豆、米油、砂糖、しょうゆ、酒、みりん、ごま、ごま油
		鶏肉の照り焼き	(鶏肉、片栗粉、しょうゆ、砂糖、塩)
		大豆とじゃこの揚げ煮	いりこじゃこ、大豆、片栗粉、油、砂糖、しょうゆ
		小松菜のごま和え	小松菜、キャベツ、しょうゆ、砂糖、ごま、すりごま
		フルーツ	いちご
13 (木)	801 kcal	白身魚のピリ辛焼き	白身魚、にんにく、土生姜、砂糖、しょうゆ、酒、豆板醤、みりん
		きんぴらごぼう	豚肉、ごぼう、にんじん、糸こんにゃく、ごま油、砂糖、みりん、酒、しょうゆ、ごま、一味
		三色団子	三色団子(上新粉、砂糖、もち粉、よもぎ、水)
		キャベツのわかめ和え	キャベツ、にんじん、塩、炊き込みわかめ
14 (金)	961 kcal	ビーフカレー	牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、米油、カレールウ、ソース、塩、こしょう、コンソメ
		コロッケ、ソース	コロッケ(じゃがいも、パン粉、小麦粉、牛肉、玉ねぎ)油、ソース
		イタリアンサラダ	赤パプリカ、水菜、きゅうり、キャベツ、ドレッシング
		フルーツとゼリー	ゼリー(ぶどう糖液糖、さとう、フルーツ果汁)、黄桃缶詰、パイン缶詰
		漬け物	福神漬け
17 (月)	872 kcal	麻婆豆腐	豆腐、豚挽肉、土生姜、にんじん、玉ねぎ、ネギ、米油、みそ、赤みそ、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油、豆板醤、片栗粉
		春巻き ブロッコリー昆布茶和え	春巻き(キャベツ、小麦粉、油、玉ねぎ、にんじん、ネギ、春雨)、ブロッコリー、昆布茶、ごま油
		中華サラダ	ハム、キャベツ、にんじん、春雨、砂糖、酢、しょうゆ、ごま油
		フルーツ	オレンジ
		漬け物	白菜キムチ
18 (火)	803 kcal	ツバスの竜田揚げ	ツバス、土生姜、砂糖、しょうゆ、酒、片栗粉、油
		油揚げの卵とじ	油揚げ、にんじん、玉ねぎ、ネギ、卵、しょうゆ、砂糖、みりん
		キャベツのゆかり和え	キャベツ、きゅうり、塩、ゆかり
		佃煮昆布	佃煮昆布
19 (水)	844 kcal	菜の花ごはん	小松菜、卵、塩、酒、砂糖、米油、ごま
		鶏肉のおろしソースかけ	鶏肉、しょうゆ、みりん、片栗粉、土生姜、ネギ、大根おろし、酢、砂糖、豆板醤
		野沢菜和え	きゅうり、キャベツ、野沢菜漬け、ごま、塩、ごま油
		五目豆	大豆、にんじん、こんにゃく、砂糖、しょうゆ、みりん、酒
		杏仁豆腐	杏仁豆腐(乳製品、水あめ、練乳、砂糖、杏仁パウダー)

日・曜日	エネルギー	メニュー	食 材 等
21 (金)	964 kcal	キーマカレー	豚挽肉、土生姜、ニンニク、酒、米油、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、ほうれん草、カレールウ、ミックスチーズ、ソース、しょうゆ、コンソメ
		白身魚フライ、ソース	白身魚、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、米油、ソース
		フルーツ白玉	白玉団子、黄桃缶詰、パイン缶詰、みかん缶詰
		グリーンサラダ	きゅうり、キャベツ、むき枝豆、ごま油、酢、しょうゆ、砂糖、塩
		漬け物	福神漬け
25 (火)	854 kcal	キムチ丼	豚肉、しょうゆ、白菜、玉ねぎ、ニラ、キムチ、豆板醤、ごま油、中華の素、砂糖、塩
		カラフル炒り卵	卵、にんじん、グリーンピース、米油、砂糖、塩、こしょう
		切干大根のナムル	切干大根、太もやし、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油
		チーズ	キャンディチーズ
		わかめのみそ汁	豆腐、玉ねぎ、カットわかめ、煮干し、みそ
26 (水)	810 kcal	たけのこごはん	たけのこ、鶏肉、油揚げ、砂糖、しょうゆ、酒
		サワラのみそ漬け焼き	サワラ、赤みそ、みりん、砂糖、酒
		ほうれん草のお浸し	ほうれん草、キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖
		うの花	おから、平天、にんじん、ネギ、米油、砂糖、しょうゆ
		みかんゼリー	みかんゼリー(ブドウ糖液糖、みかん果汁、砂糖)
27 (木)	922 kcal	鶏のから揚げ	鶏肉、土生姜、酒、しょうゆ、片栗粉、油
		じゃがいもの旨煮	じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、平天、グリーンピース、米油、砂糖、しょうゆ
		もやしの中華炒め	ニラ、太もやし、キャベツ、塩、こしょう、中華の素、ごま油
		肉みそ	大豆ミート、ネギ、豚挽肉、赤みそ、砂糖、米油、すりごま
		マカロニカレーグラタン	じゃがいも、グリーンピース、鶏肉、玉ねぎ、にんにく、土生姜、米油、塩、こしょう、牛乳、マカロニ、カレールウ、カレー粉、ミックスチーズ
28 (金)	899 kcal	肉団子のケチャップあん	肉団子(鶏肉、豚肉、玉ねぎ、土ショウガ、パン粉、片栗粉、豚脂)、油、玉ねぎ、ケチャップ、砂糖、しょうゆ、みりん、片栗粉
		キャベツの塩昆布和え	キャベツ、きゅうり、塩、刻み塩昆布
		漬け物	きゅうり漬け
		卵スープ	豆腐、卵、ほうれん草、コンソメ、塩、こしょう、しょうゆ

日・曜日	エネルギー	メニュー	食 材 等
------	-------	------	-------

日・曜日	エネルギー	メニュー	食 材 等
------	-------	------	-------