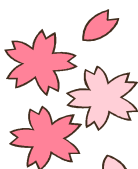


令和4年

4月



こんだて

西郷村学校給食センター

月	火	水	木	金
		6日 入学式 	7日 ツナサラダ かぼちゃコロッケ・ソース にこにこパン コンソメスープ 	8日 ヨーグルト 海藻サラダ ポークカレーライス
			幼稚園 川谷小1年生 西一中	幼稚園そら・ほし 川谷小1年生
11日 お祝いゼリー 山吹和え さわらの西京焼き 赤飯 すまし汁 	12日 おかか和え 鶏肉の照り焼き 麦ごはん 生揚げのみそ煮 	13日 にこにこまめ きんぴらごぼう 黒米ごはん じゃがいものみそ汁 鮭の塩焼き 	14日 ほうれんそうのごまサラダ オムレツ 黒糖パン ミネストローネ 	15日 チーズ ナムル 中華丼 わかめスープ
幼稚園	幼稚園 川谷中	幼稚園	幼稚園そら・ほし	幼稚園そら・ほし 熊倉小 小田倉小
18日 かみかみグミ 茎わかめの炒め物 厚焼きたまご 黒米ごはん 豚汁 	19日 しょうが和え あじの塩焼き 麦ごはん 筑前煮 	20日 アーモンドサラダ メンチカツ・ソース 雑穀ごはん 大根のみそ汁 	21日 フルーツ杏仁 ひじきとキャベツのサラダ みそラーメン 中華麺 	22日 ゆかり和え 納豆 肉団子 麦ごはん かぶのみそ汁
幼稚園	幼稚園	幼稚園そら・ほし	幼稚園そら・ほし 米小	幼稚園そら・ほし
25日 プルーン たくわん和え 三色そぼろ丼 若竹汁 	26日 ホイコウロウ しゅうまい(1人2個) 黒米ごはん 春雨スープ 	27日 にこにこまめ 梅昆布和え 豚肉のみそ焼き 雑穀ごはん 生揚げのみそ汁 	28日 ブロッコリーサラダ 鶏肉のレモンソース にこにこパン 豆乳スープ 	29日 昭和の日
幼稚園	幼稚園	幼稚園そら・ほし	幼稚園そら・ほし 小田倉小	
<p>ご入学・ご進級おめでとうございます</p> <p>新しいクラスでの給食が始まります。 みんなで協力して、準備や後片付けをしましょう。</p>				

令和4年4月

献立表

毎月19日は食育の日です！

西郷村学校給食センター

日	曜	給食がお休みの学校	献立名	かみかみ	血や肉・骨になる	体の調子を整えるものになる	熱や力のもとになる	調味料	家で食べてほしい食品	栄養価				
					あか	みどり	きいろ			小学校	中学校			
										エネルギー(kca)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩(g)	
7	木	幼稚園 川谷小1年生 西一中	にこにこパン かぼちゃコロッケ・ソース ツナサラダ コンソメスープ	牛乳	牛乳 ツナ ベーコン 大豆	キャベツ たまねぎ はくさい とうもろこし	いんげん にんじん	米粉パン こめ油 じゃがいも	酢 食塩 こしょう コンソメ	種実類	612	655	20.7	24.4
8	金	幼稚園 川谷小1年生	ポークカレーライス 海藻サラダ ヨーグルト	牛乳	牛乳 豚肉 ヨーグルト	たまねぎ にんじん キャベツ	かいそう きゅうり	麦ごはん じゃがいも カレールー ごま油	チャツネ ソース 赤ワイン しょうゆ 酢 きび砂糖	果実類	658	744	22.2	23.8
11	月	幼稚園	赤飯 さわらの西京焼き 山吹和え すまし汁	牛乳 お祝いゼリー	牛乳 さわら 炒りたまご 鶏むね肉 絹ごし豆腐 はんぺん	キャベツ ほうれんそう だいこん じゃがいも	もやし にんじん	赤飯 ゼリー	みりん 三温糖 酒 しょうゆ 食塩	いも類	633	731	33.0	38.2
12	火	幼稚園 川谷中	麦ごはん 鶏肉の照り焼き おおか和え 生揚げのみそ煮	牛乳	牛乳 鶏もも肉 かつお節 豚ひき肉 生揚げ	ほうれんそう はくさい たまねぎ いんげん	もやし にんじん	麦ごはん こめ油 じゃがいも 片栗粉	しょうゆ 酒 みりん しょうゆ みそ 三温糖	藻類	703	816	31.1	39.6
13	水	幼稚園	黒米ごはん 鮭の塩焼き きんぴらごぼう じゃがいものみそ汁	牛乳 にこにこまめ	牛乳 鮭 豚もも肉 油揚げ 大豆	ごぼう つきこんにやく しいたけ だいこん ねぎ	いんげん	黒米ごはん こめ油 いりごま ごま油 じゃがいも	しょうゆ 三温糖 みりん みそ	緑黄色野菜	627	708	28.9	32.0
14	木	幼稚園 熊倉小 小田倉小	黒糖パン 三色野菜オムレツ ほうれん草のごまサラダ ミネストローネ	牛乳	牛乳 オムレツ ツナ ベーコン	しらたき にんじん キャベツ にんにく たまねぎ	きゅうり ほうれんそう トマト	黒糖パン すりごま じゃがいも マカロニ オリーブ油	しょうゆ マヨネーズ こしょう 三温糖 食塩	きのこ類	614	697	24.4	27.6
15	金	幼稚園 熊倉小 小田倉小	中華丼 ナムル わかめスープ チーズ	牛乳	牛乳 豚もも肉 えび いか 絹ごし豆腐 チーズ	たけのこ にんじん はくさい しいたけ ごぼう もやし	しょうが たまねぎ わかめ ねぎ	こめ油 片栗粉 ごま油	しょうゆ 三温糖 酒 食塩	いも類	667	754	25.7	29.5
18	月	幼稚園	黒米ごはん 厚焼きたまご まわかめの炒め物 豚汁	牛乳 かみかみグミ	牛乳 厚焼きたまご 豚もも肉 さつま揚げ 絹ごし豆腐	にんじん こんにやく ねぎ きのこ	だいこん ごぼう	黒米ごはん ごま油 いりごま さといも こめ油 かみかみグミ	三温糖 みりん 酒 しょうゆ みそ	果実類	677	774	32.1	36.5
19	火	幼稚園	麦ごはん あじの塩焼き しょうが和え 筑前煮	牛乳	牛乳 あじ 鶏むね肉	ほうれんそう キャベツ れんこん ごぼう しいたけ こんにやく	もやし にんじん いんげん たけのこ	麦ごはん さといも こめ油	しょうゆ 三温糖 みりん 酒	きのこ類	627	716	33.3	37.3
20	水	幼稚園	雑穀ごはん メンチカツ・ソース アーモンドサラダ 大根のみそ汁	牛乳	牛乳 メンチカツ 絹ごし豆腐	キャベツ きゅうり だいこん ねぎ	にんじん とうもろこし	雑穀ごはん こめ油 アーモンド じゃがいも	ソース 酢 食塩 こしょう みそ	藻類	688	754	24.1	31.0
21	木	幼稚園 米小	みそラーメン ひじきとキャベツのサラダ フルーツ杏仁	牛乳	牛乳 豚ひき肉 かまぼこ ひじき	キャベツ もやし たけのこ とうもろこし みかん もも	にんじん ほうれんそう きゅうり	中華めん こめ油 ごま油 いりごま	鶏豚湯 豆板醤 みそ しょうゆ 酢 きび砂糖	豆類	618	732	25.9	28.7
22	金	幼稚園	麦ごはん 納豆 肉団子 ゆかり和え かぶのみそ汁	牛乳	牛乳 納豆 肉団子	キャベツ きゅうり ねぎ	にんじん かぶ	麦ごはん じゃがいも	食塩 ゆかり みそ	油脂類	672	755	28.7	31.3
25	月	幼稚園	三色そばろごはん たくわん和え 若竹汁	牛乳 ブルー	牛乳 鶏ひき肉 炒りたまご 絹ごし豆腐	キャベツ だいこん たくわん たけのこ ブルー グリンピース	きゅうり にんじん わかめ ねぎ	麦ごはん いりごま	しょうゆ みりん 三温糖 食塩 酒	種実類	678	764	20.4	25.4
26	火	幼稚園	黒米ごはん しゅうまい(1人2個) ホイコウロウ 春雨スープ	牛乳	牛乳 しゅうまい 豚もも肉 鶏むね肉	キャベツ ピーマン はくさい チンゲンサイ	にんじん ねぎ	黒米ごはん こめ油 緑豆春雨 ごま油 片栗粉	しょうゆ 酒 三温糖 砂糖 中華スープの素 食塩 鶏豚湯 こしょう	果実類	622	711	20.4	22.1
27	水	幼稚園	雑穀ごはん 豚肉のみそ焼き 梅昆布和え 生揚げのみそ汁	牛乳 にこにこまめ	牛乳 豚ロース肉 かまぼこ 生揚げ 大豆 かつお節	きゅうり れんこん わかめ こんにやく いんげん	切り干しだいこん	雑穀ごはん いりごま じゃがいも	しょうゆ 三温糖 酒 ねり梅 しょうゆ	緑黄色野菜	634	721	19.7	22.4
28	木	幼稚園 小田倉小	にこにこパン 鶏肉のレモンソース ブロッコリーサラダ 豆乳スープ	牛乳	牛乳 鶏もも肉 豆乳	ブロッコリー キャベツ はくさい たまねぎ にんじん	とうもろこし きゅうり	米粉パン じゃがいも ベジタブルルー こめ油	ソース 食塩 イタリアンドレッシング	果実類	688	754	22.1	26.7
										18.2	21.4	2.5	3.0	

※村では、給食の放射性物質検査を実施し、安全を確認した後、給食を提供しています。
 ※精白米は、西郷産のものを使用しております。また**太字**で表記してある食材は地場産のものです。
 ※都合により、献立や食材が変更になることがありますのでご了承ください。