

# 令和5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	7日
			入学式 	お祝いデザート アーモンドサラダ チキンカレーライス 
			お休みの学校	幼稚園
10日 中華サラダ 中華丼 わかめスープ 幼稚園	11日 にこにこまめ からし和え いわしの梅煮 麦ごはん 生揚げのみそ煮 幼稚園・川谷中	12日 ホイコウロウ しゅうまい(1人2個) 雑穀ごはん 春雨スープ 幼稚園	13日 ほうれんそうのごまサラダ はんぺんチーズフライ にこにこパン かぼちゃポタージュ 幼稚園(慣らし)	14日 紫芋チップス ごま酢和え いかのかりんと揚げ 黒米ごはん 若竹汁 幼稚園(慣らし) 熊倉小・羽太小
17日 かみかみグミ(りんご) 茎わかめの炒め物 五目厚焼きたまご 黒米ごはん 豚汁 幼稚園・川谷小中	18日 ビーン炒め さばの味噌煮 雑穀ごはん 大根のみそ汁 幼稚園	19日 おかか和え メンチカツ・ソース 麦ごはん じゃがいものみそ汁 幼稚園(慣らし)	20日 フルーツ杏仁 ごぼうサラダ みそラーメン 中華麺 幼稚園(慣らし) 熊倉小・米小・川谷小	21日 ゆかり和え 鶏肉の照り焼き 黒米ごはん かぶのみそ汁 幼稚園(慣らし)
24日 プルーン ビビンバ 五目スープ 幼稚園	25日 しょうが和え さわらの春香焼き 黒米ごはん 玉ねぎのみそ汁 幼稚園	26日 やまぶき和え ささみいそべフライ 赤飯・ごま塩 すまし汁 幼稚園(慣らし)	27日 ブロッコリーサラダ トマトミートオムレツ にこにこパン 豆乳スープ 幼稚園(慣らし)	28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 幼稚園(慣らし) 小田倉小

村では、給食の放射性物質の検査を実施し、安全を確認した後、給食を提供しています。

令和5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	
7	金	幼稚園	チキンカレーライス アーモンドサラダ お祝いデザート	牛乳		鶏肉	にんにく しょうが キャベツ	玉ねぎ にんじん きゅうり とうもろこし	麦ごはん じゃがいも 米油 カレールー お祝いゼリー(いちご) アーモンド	カレールー チャツネ 穀物酢 中濃ソース 赤ワイン こしょう	乳製品		657	709	
10	月	幼稚園	中華丼 中華サラダ わかめスープ	牛乳		豚肉 えび いか 糸かまぼこ わかめ 豆腐	たけのこ しょうが にんにく たまねぎ にんじん もやし ねぎ	しょうが にんにく たまねぎ きゅうり	麦ごはん 米油 ごま ごま油	濃口醤油 穀物酢 きび砂糖 食塩 中華だし こしょう	いも類		684	757	
11	火	幼稚園 川谷中	麦ごはん いわしの梅煮 からし和え 生揚げの味噌煮	牛乳	にこにこまめ	いわしの梅煮 豚肉 生揚げ にこにこ豆(黒糖)	ほうれん草 キャベツ もやし にんじん たまねぎ いんげん		麦ごはん 米油 じゃがいも でんぶん	濃口醤油 洋からし みそ 三温糖 清酒	きのこ類		702	810	
12	水	幼稚園	雑穀ご飯 しゅうまい ホイコウロウ 春雨スープ	牛乳		しゅうまい 豚肉 鶏肉	にんにく しょうが キャベツ 青ピーマン にんじん ねぎ はくさい チンゲン菜 ねぎ	雑穀ご飯 ごま油 でんぶん はるさめ	濃口醤油 三温糖 清酒 甜麺醤 中華だし 食塩 こしょう	小魚		726	799		
13	木	幼稚園(懐らし)	にこにこパン はんぺんチーズフライ ほうれん草のごまサラダ かぼちゃのポタージュ	牛乳		はんぺんチーズフライ 豆乳	にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ かぼちゃ マッシュルーム パセリ	しらす しらたき ベーコン 無塩バター	にこにこパン すりごま マヨネーズ ベーコン 無塩バター	薄口醤油 こしょう チキンコンソメ 野菜ポタージュ ペシャメルルー	まめ類		681	852	
14	金	幼稚園(懐らし) 熊倉小 羽太小	黒米ごはん いかのかりんと揚げ ごま酢和え 若竹汁	牛乳	紫芋チップス	いか 豆腐 わかめ	もやし にんじん とうもろこし ごまつゆ たけのこ 絹さや	黒米ごはん でんぶん 米油 ごま じゃがいも	みりん 清酒 三温糖 濃口醤油 ごま油 穀物酢 みそ	果物類		607	697		
17	月	幼稚園 川谷小中	黒米ごはん 五目厚焼き玉子 荳わかめの炒めもの 豚汁	牛乳	かみかみグミ	五目厚焼き玉子 荳わかめ 豚肉 豆腐	にんじん こんにゃく 里芋 大根 ごぼう ねぎ	黒米ごはん ごま油 米油 いりごま かみかみグミ(りんご)	三温糖 清酒 みりん 濃口醤油 みそ	いも類		622	678		
18	火	幼稚園	雑穀ごはん さばの味噌煮 ビーフン炒め 大根のみそ汁	牛乳		さばの味噌煮 豚肉 豆腐	キャベツ にんじん チンゲン菜 だいこん ねぎ	雑穀ご飯 ビーフン ごま油 じゃがいも	食塩 中華だし 濃口醤油 みそ こしょう	海藻類		644	707		
19	水	幼稚園(懐らし)	麦ごはん メンチカツ・ソース おかか和え じゃがいものみそ汁	牛乳		メンチカツ 鰹節 油揚げ わかめ	ほうれん草 白菜 もやし にんじん 大根 ねぎ	麦ごはん 米油 じゃがいも	パックソース 濃口醤油 みそ	海藻類		675	727		
20	木	幼稚園(懐らし) 熊倉小 米小 川谷小	味噌ラーメン ごぼうサラダ フルーツ杏仁	牛乳		豚肉 ツナ	キャベツ もやし にんじん ほうれん草 ごぼう みかん 黄桃 白桃 パイン	中華麺 米油 ごま油 いりごま 杏仁豆腐	みそ 鶏豚湯 豆板醤 ごまドレッシング	果物類		665	732		
21	金	幼稚園(懐らし)	黒米ごはん 鶏肉の照り焼き ゆかり和え かぶのみそ汁	牛乳		鶏肉	キャベツ きゅうり にんじん かぶ じゃがいも ねぎ	黒米ごはん じゃがいも	清酒 みりん ゆかり 食塩 みそ	乳製品		568	630		
24	月	幼稚園	ビビンバ 五目スープ	牛乳	ブルー	豚肉 鶏肉	もやし ごまつゆ にんじん にんじん 干しいたけ ねぎ	にんじん たまねぎ にんじん	麦ごはん ごま油 ごま	濃口醤油 三温糖 甜麺醤 食塩 きび砂糖 濃口醤油 中華だし こしょう	小魚		636	767	
25	火	幼稚園	黒米ごはん 鱈の春香焼き しょうが和え 玉ねぎのみそ汁	牛乳		さわか春香焼き 油揚げ	ほうれん草 キャベツ もやし にんじん たまねぎ	黒米ごはん じゃがいも 白玉麩	濃口醤油 みそ	きのこ類		585	667		
26	水	幼稚園(懐らし)	赤飯・ごま塩 ささみいそべフライ やまぶき和え ずまし汁	牛乳		ささみいそべフライ 炒り卵 鶏肉 豆腐 あらははんぺん	キャベツ ほうれん草 もやし にんじん だいこん 三つ葉	赤飯 米油	ごま塩 薄口醤油 清酒 食塩	海藻類		653	761		
27	木	幼稚園(懐らし)	にこにこパン トマトミートオムレツ ブロッコリーサラダ 豆乳スープ	牛乳		トマトミートオムレツ 豆乳	ブロッコリー キャベツ とうもろこし きゅうり 白菜 たまねぎ にんじん	米粉パン じゃがいも	イタリアンドレッシング 食塩	果物類		734	861		
28	金	幼稚園(懐らし) 小田倉小	雑穀ごはん 豚肉の味噌焼き 梅昆布和え 生揚げのみそ汁	牛乳	にこにこ豆	豚肉 わかめ 糸かまぼこ 塩昆布 鰹節 生揚げ にこにこ豆	きゅうり れんこん にんじん 切り干し大根 ねぎ いんげん	雑穀ご飯 ごま じゃがいも	みそ 三温糖 清酒 練り梅 薄口醤油	乳製品		628	699		

※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。