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日 (水)	953 kcal	わかめごはん	炊き込めわかめ
		ハンバーグ和風きのこソース	(鶏肉、玉ねぎ、牛肉、牛脂、豚肉、しょうゆ、さとう、塩、にんにく、土生姜)、玉ねぎ、えのきだけ、しめじ、さとう、しょうゆ、みりん、片栗粉
		ポテトサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、ノンエッグマヨネーズ、塩、こしょう
		きんぴらごぼう	ごぼう、にんじん、こんにゃく、米油、さとう、みりん、酒、しょうゆ、一味
		抹茶わらび餅	(さとう、水あめ、でんぶん、きなこ、抹茶)
13日 (木)	791 kcal	アジのトマトソースかけ	アジ、片栗粉、米油、玉ねぎ、ガーリックパウダー、トマト缶、オリーブ油、塩、こしょう、バジル粉
		イタリアンサラダ	赤パブリカ、水菜、きゅうり、キャベツ、イタリアンドレッシング
		ウイナーポテト	じゃがいも、ウイナーソーセージ、塩、こしょう、米油
		チーズ	チーズ
14日 (金)	937 kcal	チキンカレー	鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、米油、カレールウ、カレー粉、塩、こしょう、コンソメ
		かぼちゃ挽肉フライ	(かぼちゃ、豚肉、玉ねぎ、パン粉、小麦粉、油、砂糖、しょうゆ、ソース、片栗粉) 米油
		コーンサラダ	コーン、キャベツ、きゅうり、米油、酢、塩、こしょう
		レモンゼリー	(ブドウ糖液糖、レモン果汁、さとう)
		漬け物	福神漬け
17日 (月)	789 kcal	ピピンバの具	豚肉、太もやし、切干大根、にんじん、三度豆、土生姜、ガーリックパウダー、米油、赤みそ、みそ、さとう、しょうゆ、みりん、酒、豆板醤、片栗粉
		ポパイサラダ	ほうれん草、キャベツ、ハム、さとう、しょうゆ、塩、酢、オリーブ油
		フルーツミックス	パイン缶、黄桃缶
		こんにゃくのおかか煮	こんにゃく、さとう、しょうゆ、かつお節、一味
18日 (火)	947 kcal	さばのみそ煮	さば、さとう、酒、しょうゆ、土生姜、赤みそ、みりん
		ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー、キャベツ、にんじん、しょうゆ、さとう、ごま、かつおぶし
		大豆と煮干しの揚げ煮	大豆、片栗粉、いりこじゃこ、米油、さとう、しょうゆ
		きなこ団子	白玉団子、きな粉、さとう、塩
		若竹汁	たけのこ、わかめ、豆腐、出しかつお、しょうゆ
20日 (木)	805 kcal	鶏の唐揚げ	鶏肉、土生姜、酒、しょうゆ、片栗粉、米油
		もやし炒め	ニラ、太もやし、キャベツ、にんじん、塩、こしょう、中華の素、米油
		ピリ辛ごぼこん	こんにゃく、ごぼう、しょうゆ、さとう、みりん、一味、米油
		フルーツ	みかん缶

日・曜日	エネルギー	メニュー	食 材 等
21日 (金)	953 kcal	マーボー豆腐	豆腐、豚挽肉、土生姜、にんじん、玉ねぎ、ねぎ、米油、みそ、赤みそ、しょうゆ、さとう、酒、豆板醤、片栗粉
		揚げギョーザ	(キャベツ、小麦粉、豚肉、玉ねぎ、豚脂、片栗粉、ニラ、ネギ、土生姜)、米油
		切干大根のあっさりナムル	切干大根、にんじん、ほうれん草、酢、さとう、塩、しょうゆ、ごま油
		杏仁フルーツ	(乳製品、水あめ、練乳、さとう、杏仁パウダー)、黄桃缶
		枝豆	枝豆、塩
24日 (月)	875 kcal	豚肉のかりん揚げ	豚肉、土生姜、しょうゆ、片栗粉、米油、さとう
		春雨サラダ	キャベツ、きゅうり、にんじん、春雨、さとう、酢、しょうゆ、ごま油
		おからの炒り煮	おから、平天、にんじん、ねぎ、米油、さとう、しょうゆ
		フルーツ	いちご
25日 (火)	769 kcal	鮭の塩焼き	塩鮭
		小松菜のごま和え	小松菜、キャベツ、しょうゆ、さとう、ごま
		ひじき煮	にんじん、ひじき、干しいたけ、油揚げ、しょうゆ、みりん、さとう
		ミニグレープゼリー	(ブドウ糖液糖、フルーツ果汁)
		みそ汁	麩、玉ねぎ、大根、煮干し、みそ
26日 (水)	791 kcal	たけのごはん	たけのこ、鶏肉、油揚げ、さとう、しょうゆ、酒
		鶏の照り焼き	(鶏肉、片栗粉、しょうゆ、さとう、塩)
		ツナサラダ	ツナ、キャベツ、きゅうり、ノンエッグマヨネーズ、塩、こしょう
		切干大根の煮物	切干大根、にんじん、平天、さとう、しょうゆ、酒、みりん
		フルーツ	パイン缶
27日 (木)	896 kcal	白身魚フライ、タルタルソース	(白身魚、塩、こしょう、小麦粉、パン粉)、米油、ノンエッグタルタルソース
		じゃがいもチーズ焼き	じゃがいも、ミックスチーズ、パセリ、塩、こしょう
		グリーンサラダ	きゅうり、キャベツ、枝豆、ごま油、酢、しょうゆ、さとう、塩
		肉みそ	豚挽肉、大豆ミート、青ねぎ、赤みそ、さとう、米油、ごま