



# 4がつ よていにこんだてひょう (B)

日	こんだてめい 献立名	ぎゅう 牛 乳 赤の仲間 からだ から 体をつくるもとになる	みどり 緑の仲間 からだ からだ 体の調子を整える	き 黄の仲間 エネルギーのもとになる	その他	エネルギー たんぱく質 脂質
11 火	ごはん			こめ		
	めばるのからあげ	めばる 	にんにく しょうが	かたくりこ なたねあぶら	こいくちしょうゆ さけ しお	624 kcal 26.8 g 18.2 g
	たまねぎのみそしる	わかめ あぶらあげ しんじゅうみそ あかみそ	たまねぎ りょくとうもやし にんじん あおねぎ		けずりぶし	
	のりかつおぶりかけ				のりかつおぶりかけ	
12 水	ごはん			こめ		
	にくじゃが	きゅうにく ぎつまあげ	たまねぎ にんじん	さんおんどう なたねあぶら じゃがいも こんにゃく	こいくちしょうゆ さけ うすくちしょうゆ みりん	612 kcal 21.7 g 14.8 g
	きゅうりとわかめの すのもの	わかめ ちりめんじゃこ	きゅうり	しろいりごま しろすりごま じょうはくとう	こめず こいくちしょうゆ	
13 木	わかめごはん	たきこみわかめ		こめ		
	ぶたにくの しょうがいため	ぶたにく	しょうが たまねぎ にんじん ピーマン	さんおんどう なたねあぶら かたくりこ	こいくちしょうゆ さけ みりん しお	639 kcal 24.3 g 17.5 g
	キャベツのみそしる	あぶらあげ しんじゅうみそ あかみそ	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ あおねぎ		けずりぶし	
	いちごの おいわいゼリー			いちごゼリー		 <b>入学・進級 お祝い献立</b>
14 金	バターパン			バターパン		
	ハニーチキン	とりにく	にんにく	はちみつ	しお こしょう こいくちしょうゆ	633 kcal 27.5 g 24.5 g
	トマトスープ	ベーコン	たまねぎ キャベツ にんじん セロリ パセリ		トマトケチャップ トマトピューレ しお チキンブイオン こしょう うすくちしょうゆ	
17 月	ごはん			こめ		
	にこにこチキンカレー	とりにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん	じゃがいも なたねあぶら	こいくちしょうゆ やさいかレー カレーこ こしょう しお	630 kcal 22.9 g 14.9 g
	 アレルゲン28品目を使っていないルウを使っています。 みんなにニコニコえがおで食べてほしいという思いで作ったカレーです。					
	フレンチサラダ	チキンハム	キャベツ きゅうり にんじん	なたねあぶら じょうはくとう	こめず こいくちしょうゆ しお こしょう	
18 火	ごはん			こめ		
	すだた	ぶたにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン	かたくりこ なたねあぶら さんおんどう ごまあぶら	こいくちしょうゆ しお トマトケチャップ こめず チキンブイオン	642 kcal 22.9 g 19.4 g
	わかめスープ	わかめ とりにく	たまねぎ にんじん りょくとうもやし しょうが チンゲンサイ あおねぎ	ごまあぶら なたねあぶら	チキンブイオン うすくちしょうゆ しお こしょう さけ	
19 水	すめし		ちらしずしのもと	こめ		
	まつぶたずしのぐ	さばフレーク かまぼこ	にんじん ほししいたけ さやいんげん	さんおんどう なたねあぶら	こいくちしょうゆ さけ	646 kcal 26.0 g 12.6 g
	きょうふうみそしる	とりにく しろみそ しんじゅうみそ	だいこん にんじん あおねぎ	じゃがいも	けずりぶし	
	きつがわしさん まっちゃんわらびもち			まっちゃんわらびもち 		<b>食育の日献立 ～京都府～</b>
20 木	ごはん			こめ		
	どりのからあげ	とりにく	しょうが にんにく	かたくりこ なたねあぶら	しお こしょう さけ こいくちしょうゆ	726 kcal 27.7 g 26.6 g
	キャベツのおかかあえ	かつおぶし	キャベツ こまつな にんじん		こいくちしょうゆ	
	とうふと わかめのみそしる	とうふ あぶらあげ わかめ しんじゅうみそ あかみそ	たまねぎ にんじん あおねぎ		けずりぶし	
21 金	あじつけパン			あじつけパン		
	ぶたにくの ケチャップいため	ぶたにく	たまねぎ にんじん ピーマン	なたねあぶら	さけ トマトケチャップ ウスターソース しお	611 kcal 25.2 g 19.7 g
	はるやさいの コンソメスープ	とりにく 	キャベツ たまねぎ にんじん アスパラガス コーン パセリ	じゃがいも なたねあぶら	チキンブイオン うすくちしょうゆ しお	

日	献立名	牛乳 赤の仲間 体をつくるものになる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 エネルギーのもとになる	その他	エネルギー たんぱく質 脂質
24月	むぎごはん			こめ むぎ		
	ぶたにくとだけこのみそいため	ぶたにく しんしゅうみそ あかみそ	たまねぎ だけこのにんじん しろねぎ しょうが	さんおんとう なたねあぶら	さけ みりん しお	581 kcal 23.5 g 15.8 g
	たぬぎじる	さつまあげ あぶらあげ	だいこん にんじん えのきたけ あおねぎ しょうが	こんにゃく	うすくちしょうゆ しお けずりぶし みりん	
25火	ごはん			こめ		
	あつあげとぶたにくのもの	きぬあつあげ ぶたにく	たまねぎ にんじん あおねぎ しょうが	さんおんとう かたくりこ なたねあぶら	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ さけ しお けずりぶし	640 kcal 26.8 g 16.3 g
	いなかみそじる	とりにく あぶらあげ しんしゅうみそ あかみそ	だいこん にんじん えのきたけ あおねぎ	しらたまだんご	けずりぶし	
26水	ごはん			こめ		
	マーボー豆腐	ぶたひきにく 豆腐 あかみそ	にんじん たまねぎ あおねぎ ほししいたけ にんにく しょうが	さんおんとう かたくりこ こまあぶら なたねあぶら	さけ こいくちしょうゆ トウパンジャン しお こしょう	635 kcal 22.4 g 16.8 g
	パンサンスー	チキンハム	にんじん きゅうり りよくとうもやし	マロニー じょうはくとう こまあぶら	こめず こいくちしょうゆ しお	
27木	だけのごはん	あぶらあげ ちくわ	だけこのにんじん	こめ さんおんとう	うすくちしょうゆ しお だしこんぶ みりん さけ	561 kcal 29.9 g 14.3 g
	さけのしおやき	さけ				
	はるやさのみそじる	ぶたにく しんしゅうみそ あかみそ	たまねぎ キャベツ にんじん あおねぎ	じゃがいも 	けずりぶし	
28金	ミルクパン			ミルクパン		
	とりにくとだいすのトマトに	とりにく ベーコン だいす	たまねぎ にんじん	じゃがいも さんおんとう なたねあぶら	トマトケチャップ あかワイン こしょう ウスターソース しお	680 kcal 29.2 g 22.9 g
	ごぼうのごまマヨサラダ	ツナ	ごぼう にんじん きゅうり	ノンエッグマヨネーズ しろすりごま	こめず しお	

- ※ 材料の都合で食材を変更することがあります。
- ※ 食材の産地は、木津川市のホームページに掲載しています。
- ※ 献立表に記載しているエネルギー・たんぱく質・脂質は中学年1食分の値です。
- ※ 食材の産地は、当日の状況により変更になる場合があります。
- ※ マヨネーズ・ドレッシングは卵不使用のものを使用しています。
- ※ カレーに使用しているルウ（やさしいカレー）は、アレルギー28品目を使用していません。



カミカミメニューの日に  
登場するカム君です。

こんがつしやう よてい きづがわしさん しょくざい  
**今月使用予定の木津川市産の食材です。**

- こめ ○あおねぎ ○ただけのこ ○まっちゃ  
 ○こまつな ○チンゲンサイ



給食開始日のお知らせ



- 4/11(火)：小学2～6年生、木津第二中学校・泉川中学校・山城中学校 2,3年生  
 4/12(水)：木津第二中学校・泉川中学校・山城中学校 1年生、  
 木津中学校、木津南中学校  
 4/13(木)：小学1年生  
 4/18(火)：幼稚園

※給食開始日までに、おはしのご準備をお願いします。

