

家庭数

4月予定献立表

令和4年4月

渋谷区立渋谷本町学園

日	行事	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	たんぱく質	たんぱく質
8金	2~9年生 給食開始	わかめご飯		わかめ	米		609	750
		肉じゃが	○	豚肉 油揚げ	油 しらたき じゃがいも 砂糖	人参 玉ねぎ さやいんげん	23.2	28.2
		いそ和え		のり かつお節		もやし キャベツ 小松菜		
11月		ご飯			米		636	785
		のりの佃煮		のり ひじき	砂糖		22.8	27.6
		鶏肉とこんにゃくの味噌煮	○	鶏肉 昆布 みそ	油 里芋 こんにゃく 砂糖	しょうが ごぼう 人参 れんこん 大根 ねぎ さやいんげん		
		野菜のピリ辛和え			油 ごま油 砂糖	もやし 小松菜 きゅうり 玉ねぎ		
12火	1年生 給食開始	マーボー丼	○	豚肉 みそ 豆腐	米 発芽玄米 油 砂糖 でんぷん ごま油	しょうが にんにく 人参 干し椎茸 たけのこ ねぎ いら	619	763
		春雨サラダ		ハム	春雨 油 砂糖 ごま油	キャベツ きゅうり ねぎ いら	24.3	29.6
13水		ごきつねご飯		鶏肉 油揚げ	米 油 こんにゃく 砂糖	人参 さやいんげん	692	858
		沢煮椀	○	豚肉		人参 大根 ごぼう たけのこ 干し椎茸 ねぎ	21.7	26.2
		大学芋			さつまいも 油 砂糖 水あめ ごま			
14木		ご飯			米		577	708
		さわらの香味焼き	○	さわら みそ		しょうが にんにく ねぎ	27.5	33.8
		ごま和え			砂糖 ごま	もやし 人参 小松菜		
		みそ汁		油揚げ 豆腐 みそ		えのき ねぎ		
15金		ミートソースパゲッティ		豚肉 チーズ	スパゲッティ オリーブ油 砂糖	にんにく しょうが 人参 玉ねぎ セロリ トマト マッシュルーム	655	810
		いもかぼサラダ	○	ベーコン	さつまいも 卵不使用マヨネーズ	かぼちゃ きゅうり 玉ねぎ	26.3	32.2
		甘夏みかん				甘夏みかん		
18月		ご飯			米		603	742
		鶏の洋風てり焼き	○	鶏肉 みそ	はちみつ	しょうが にんにく	22.7	27.5
		枝豆サラダ			油 砂糖	枝豆 きゅうり キャベツ 人参 コーン		
		ミネストローネ		ベーコン	油 じゃがいも 砂糖 米粉マカロニ	人参 玉ねぎ トマト セロリ		
19火		わかめうどん		鶏肉 油揚げ わかめ	うどん 油 でんぷん	人参 玉ねぎ 干し椎茸 ねぎ 小松菜 たけのこ	601	739
		大豆しゃりしゃり	○	大豆 青のり	でんぷん 油		27.9	34.3
		梅ドレサラダ		かつお節	油 砂糖	キャベツ きゅうり 人参 練り梅		
20水		カレーライス		豚肉 チーズ	米 油 じゃがいも バター 小麦粉	にんにく しょうが 人参 玉ねぎ	586	720
		こんにゃくサラダ			こんにゃく 砂糖 ごま油 ごま	きゅうり 人参 玉ねぎ もやし	18.5	22.1
		ジョア		ジョア				
21木	3年生 遠足	ご飯			米		609	750
		ほっけのから揚げ	○	ほっけ	でんぷん 油 砂糖 ごま油	しょうが にんにく ねぎ	24.3	29.6
		白菜の中華サラダ		ハム	ごま油 砂糖	白菜 もやし 人参 きゅうり		
		春雨スープ		鶏肉	油 春雨	人参 ねぎ 小松菜		
22金	F組 校外学習	チキンライス		鶏肉	米 油 バター	人参 玉ねぎ コーン グリンピース トマト	602	741
		ポテトポタージュ	○	豆乳 牛乳 生クリーム	バター じゃがいも	玉ねぎ	22.0	26.6
		ツナサラダ		まぐろツナ	油 砂糖	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ		
25月		ホイコーロー丼		豚肉 みそ	米 発芽玄米 油 砂糖 でんぷん	にんにく しょうが 人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン パプリカ ねぎ	624	769
		たまごスープ	○	ベーコン 卵	油 でんぷん	玉ねぎ えのき 水菜	23.2	28.2
		河内晩柑				河内晩柑		
26火		発芽玄米ご飯			米 発芽玄米		578	709
		あじの南蛮漬け	○	まあじ	でんぷん 油 砂糖	ねぎ	23.1	28.0
		もやしのごま風味			ごま	もやし きゅうり 人参		
		みそ汁		みそ	じゃがいも	玉ねぎ ねぎ		
27水		枝豆そぼろご飯		鶏肉	米 油 砂糖	しょうが 枝豆	588	722
		肉だんごと白菜のスープ	○	鶏肉 卵 豆腐	でんぷん 春雨 ごま油	しょうが ねぎ にんにく 干し椎茸 人参 白菜 小松菜	28.0	34.4
		大根とじゃこのサラダ		じゃこ	油 ごま油 砂糖	大根 きゅうり		
28木		黒砂糖パン			黒砂糖パン		568	696
		ポークシチュー	○	豚肉 チーズ	油 じゃがいも 小麦粉 バター	にんにく しょうが 人参 玉ねぎ トマト	23.2	28.2
		ツナ入りコーンサラダ		まぐろツナ	油 砂糖	キャベツ 人参 コーン		

※都合により献立を変更することがありますので、ご承知おきください。