

4月 キュウシュくこんだてひょう

綾町立綾小学校

日 (曜)	こんだて	赤の食品	黄の食品	緑の食品	調味料その他	エネルギー 食塩
		体をつくる	エネルギーのもと	体の調子をととのえる		
7 (火)	食パン		パン			623 3.0
	じゃがいものチーズ煮	ワインナー チーズ	★じゃがいも 米油	★たまねぎ にんじん ブロッコリー	ぶどう酒 塩 こしょう	
	海藻サラダ	わかめ とさかのり こんぶ きくらげわかめ ふのり	砂糖 オリーブ油	★キャベツ にんじん ★きゅうり ホールコーン レモン汁	塩 こしょう 酢	
8 (水)	雑穀ごはん		ごめ 抑麦 きび あわ餅 赤米 黒米 緑米 はと麦 ひえ		塩 酒	643 2.5
	じゃがいものみそ汁	厚あげ★みそ わかめ	★じゃがいも	★たまねぎ にんじん ★にら	煮干し	
	スコッチャッピング(ハーフカット)	卵 牛肉 豚肉 鶏肉 大豆たんぱく	パン粉 ラード 大豆油 水あめ さとう	★たまねぎ	しょうゆ 塩 こしょう	
	キャベツの塩もみ			★キャベツ にんじん	塩	
9 (木)	ふわっといちご	乳 塵天	もち粉 砂糖 麦芽糖 でん粉 水飴	いちご	塩	626 2.1
	麦ご飯		ごめ むぎ			
	鶏肉とたけのこのみそ煮	とり肉 うずら卵★みそ	★じゃがいも こんにゃく 米油 砂糖	たけのこ にんじん★しめじ いんげん しょうが	しょうゆ みりん 酒	
10 (金)	もやしのごまあえ	まぐろツナ缶	砂糖 ごま	もやし にんじん★こまつな	しょうゆ	592 2.7
	さけぱっぱ	鮭	ごま 砂糖 大豆油		塩	
	菜の花寿司	とり肉 あぶらあげ	ごめ ごま 砂糖 ぶどう糖	★しいたけ にんじん★なの花 たけのこ	酢 みりん しょうゆ 塩	
13 (月)	かきたま汁	とうふ 卵	でん粉	★たまねぎ にんじん えのき★ねぎ	しょうゆ 塩 煮干し 酒	591 2.4
	さわらの西京焼	さわら(砂糖 みそ みりん 塩)		★きゅうり	塩	
	麦ご飯		ごめ むぎ			
14 (火)	さつま汁	とり肉 厚あげ	★さつまいも	しょうが にんじん ごぼう★ねぎ	みそ 酒 煮干し	594 3.1
	いか大根	いか あぶらあげ	米油 砂糖	しょうが★大根 にんじん こんにゃく	しょうゆ 酒 みりん	
	給食のり	いわし かつおぶし	水あめ さとう	のり	しょうゆ みりん	
15 (水)	チーズパン		チーズパン			605 1.9
	ちゃんぽん	ぶた肉	中華めん 米油 ごま油	にんにく もやし★キャベツ にんじん★たまねぎ★ねぎ	がう・豚骨スープ 塩 しょうゆ こしょう	
	焼き春巻 ゆでブロッコリー	大豆たんぱく	小麦粉 はるさめ 砂糖 油 水戻 ごま油	(キャベツ)たまねぎ にんじん ねぎ)ブロッコリー	塩	
16 (木)	ポークカレー	ぶた肉 脱脂粉乳	ごめ むぎ★じゃがいも 米油 カレーオ(小麦粉 ラード でん粉 でん粉糖 牛脂 砂糖)	にんじん★たまねぎ にんにく しょうがりんご 青豆	ガラスープ カレー粉 リース 塩 ぶどう酒 こしょう	629 2.0
	カクテルゼリー	とうにゅう てんぐさ	さとう 水あめ ぶどう糖 でん粉糖	みかん・黄桃缶 リンゴ バナナ	ぶどう酒	
17 (金)	麦ご飯		ごめ むぎ			643 2.7
	綾の野菜と厚揚げの炒め	厚あげ★ぶた肉 赤みそ	でん粉 米油 ごま油 砂糖	にんにく しょうが にんじん たけのこ★キャベツ 青ピーマン	塩 しょうゆ みりん コチジャン 酒	
	かぼちゃサラダ	チーズ 豆腐マヨ(豆乳 酢 植物油 塩)	マヨネーズ	かぼちゃ★いんげん★きゅうり★たまねぎ	塩 こしょう	
20 (月)	米粉パン		米粉パン			591 2.3
	ポークピーンズ	ぶた肉 チーズ	いんげんまめ★じゃがいも 砂糖 デミソース(小麦粉 砂糖 でん粉 ラード)	★たまねぎ にんじん	ケチャップ ぶどう酒 塩 こしょう ソース	
	じゃこサラダ	ちりめん わかめ	ごま 砂糖	にんじん★きゅうり★キャベツ	酢 しょうゆ	
21 (火)	麦ご飯		ごめ むぎ			639 2.1
	おでん(みそ)	ぶた肉 厚あげ うずら卵★みそ こんぶ もずくの酢の物	さといも	にんじん★だいこん こんにゃく	しょうゆ 煮干し 酒 みりん	
	ちりめん おきなわもず		ごま 砂糖 ごま油	★きゅうり にんじん★しめじ	酢 しょうゆ	
22 (水)	コッペパン		コッペパン			687 1.9
	スパゲティナポリタン	ベーコン	デミソース(小麦粉 砂糖 でん粉 ラード) スパゲティ	★たまねぎ★しめじ 青ピーマン トマト	ケチャップ ソース 塩 ぶどう酒 こしょう	
	アセロラゼリー		アセロラジュレ(さとう 水あめ でん粉糖 でん粉 りんご)	パイン・みかん・黄桃缶 バナナ		
23 (木)	麦ご飯		ごめ むぎ			581 2.6
	白菜スープ	とうふ ぶた肉	★じゃがいも ごま油	★たまねぎ にんじん はくさい ★にら	ガラスープ 塩 しょうゆ こしょう	
	いわしのカリカリフライ	いわし	でん粉 なたね油 上新粉 ごめ 砂糖 パーム油	しょうが	塩 みりん こしょう	
	キャベツの塩もみ			★キャベツ にんじん	塩	
24 (金)	ひじきごはん	干ひじき とり肉	ごめ むぎ 米油 砂糖	にんじん★しいたけ 青豆	しょうゆ 酒 みりん	589 2.0
	白玉汁	とり肉 とうふ	白玉	にんじん★しめじ★ねぎ	しょうゆ 塩 酒 煮干し	
	塩じゃが煮	天ぷら(いとよりだい 大豆たんぱく でん粉 砂糖)	★じゃがいも しらたき 米油	いんげん にんじん しょうが	塩 みりん 酒 しょうゆ	
27 (月)	麦ご飯		ごめ むぎ			639 2.1
	ハ宝菜	ぶた肉 いか うずら卵	米油 ごま油 でん粉	★たまねぎ にんじんたけのこ ブロッコリー はくさい	塩 しょうゆ こしょう	
	中華サラダ		はるさめ 砂糖 ごま ごま油	★きゅうり ホールコーン にんじん	塩 酢 しょうゆ 酢	
28 (火)	親子丼	とり肉 卵 かなぼこ(すけとうだら でん粉 さとう 強力粉 小麦たんぱく)	ごめ むぎ やき麩 砂糖	★たまねぎ にんじん しいたけ ★ねぎ★しめじ	みりん しょうゆ 酒 煮干し	639 3.2
	千切大根の酢の物	あぶらあげ こんぶ	砂糖 ごま油 ごま	干大根 にんじん★きゅうり	酢 しょうゆ	
	ミルクパン		ミルクパン			
28 (火)	カレーうどん	ぶた肉 あぶらあげ こんぶ	うどん カレールウ(強力粉 砂糖 ラード ぶどう糖 カオハラウダ - ガーリック)	★たまねぎ にんじん★しめじ ★ねぎ	塩 カレー粉 煮干し しょうゆ	595 3.2
	ひじきのサラダ	干ひじき まぐろツナ缶	砂糖 ごま	★キャベツ れんこん レモン汁 ホールコーン★きゅうり	しょうゆ 酢	
30 (木)	麦ご飯		ごめ むぎ			596 1.9
	もずくスープ	卵 とうふ おきなわもず	でん粉	にんじん えのき★しめじ★ねぎ	しょうゆ 煮干し	
	揚げ魚のケチャップ炒め	さわら	でん粉 米油 砂糖	青ピーマン★たまねぎ にんじん	塩 こしょう ソース ケチャップ しょうゆ	

●このほかに毎日牛乳が1本つきます。

★今月の綾町産の食材には★印が付いています。

* 小学校は始業式に給食はありません。

* 新1年生の給食は4月15日(水)から開始いたします。

4月 生産者紹介

日 (曜)	こんだて			
7 (火)	食パン	きたふもとちく こおりむつこ にんじんは北麓地区の郡睦子さん		
	じゃがいものチーズ煮	たてまちく さいごうしんふみ キャベツは立町地区の西郷親文さん	しょうわちく うたつひであき きゅうりは昭和地区の歌津秀昭さん	
	海藻サラダ	あやちょう たまねぎは綾町ほんものセンターさん		
8 (水)	雑穀ごはん	ふるやちく もみたかお 米は古屋地区の畠田隆生さん	にんじんは北麓地区の郡睦子さん	
	じゃがいものみそ汁	あげまちく かわこえたけし にらは揚町地区の川越健さん		
	スコッチャッピング(ハーフカット)	みなみふもとちく あやちょう みそは南麓地区のJA綾町さん		
	キャベツの塩もみ	たてまちく さいごうしんふみ キャベツは立町地区の西郷親文さん		
	ふわっといちご	あやちょう たまねぎは綾町ほんものセンターさん		
9 (木)	麦ご飯	ふるやちく もみたかお 米は古屋地区の畠田隆生さん	にんじんは北麓地区の郡睦子さん	
	鶏肉とたけのこのみそ煮	ふるやちく みやざきさんぎょう しめじは古屋地区の宮崎産業さん	みやはるちく おおやましょくひん こんにゃくは宮原地区の大山食品さん	
	もやしのごまあえ	わりつけちく ふくしげりゅう こまつなは割付地区の福重龍さん		
	さけぱっぱ	みなみふもとちく あやちょう みそは南麓地区のJA綾町さん		
10 (金)	菜の花寿司	ふるやちく もみたかお 米は古屋地区の畠田隆生さん	にんじんは北麓地区の郡睦子さん	
	かきたま汁	よつえちく ながいけさだあき ねぎは四枚地区の長池貞明さん	あやちょう たまねぎは綾町ほんものセンターさん	
	さわらの西京焼	しょうわちく うたつひであき きゅうりは昭和地区の歌津秀昭さん	ほ 干ししいたけは綾町ほんものセンターさん	
13 (月)	麦ご飯	ふるやちく もみたかお 米は古屋地区の畠田隆生さん	にんじんは北麓地区の郡睦子さん	
	さつま汁	よつえちく ながいけさだあき ねぎは四枚地区の長池貞明さん	あやちょう さつまいもは綾町ほんものセンターさん	
	いか大根	みやはるちく おおやましょくひん こんにゃくは宮原地区の大山食品さん	たてまちく さいごうちかふみ だいこんは立町地区の西郷親文さん	
	給食のり	みなみふもとちく あやちょう みそは南麓地区のJA綾町さん		
14 (火)	チーズパン	よつえちく ながいけさだあき ねぎは四枚地区の長池貞明さん	あやちょう たまねぎは綾町ほんものセンターさん	
	ちゃんぽん	きたふもとちく こおりむつこ にんじんは北麓地区の郡睦子さん		
	焼き春巻 ゆでブロッコリー	たてまちく さいごうしんふみ キャベツは立町地区の西郷親文さん		
15 (水)	ポークカレー	ふるやちく もみたかお 米は古屋地区の畠田隆生さん	にんじんは北麓地区の郡睦子さん	
	カクテルゼリー	あやちょう たまねぎは綾町ほんものセンターさん		
16 (木)	麦ご飯	ふるやちく もみたかお 米は古屋地区の畠田隆生さん	にんじんは北麓地区の郡睦子さん	
	綾の野菜と厚揚げの炒め	ぶたにく おだだく りょうとんかい 豚肉は尾立地区の綾豚会さん	しょうわちく うたつひであき きゅうりは昭和地区の歌津秀昭さん	みやはるちく いけだきよこ むぎは宮原地区の池田清子さん
	かぼちゃサラダ	たてまちく さいごうしんふみ キャベツは立町地区の西郷親文さん	あやちょう たまねぎは綾町ほんものセンターさん	
17 (金)	米粉パン	きたふもとちく こおりむつこ にんじんは北麓地区の郡睦子さん		
	ポークビーンズ	しょうわちく うたつひであき きゅうりは昭和地区の歌津秀昭さん		
	じゃこサラダ	たてまちく さいごうしんふみ キャベツは立町地区の西郷親文さん	あやちょう たまねぎは綾町ほんものセンターさん	
20 (月)	麦ご飯	ふるやちく もみたかお 米は古屋地区の畠田隆生さん	にんじんは北麓地区の郡睦子さん	みなみふもとちく あやちょう みそは南麓地区のJA綾町さん
	おでん(みそ)	ふるやちく みやざきさんぎょう しめじは古屋地区の宮崎産業さん	しょうわちく うたつひであき きゅうりは昭和地区の歌津秀昭さん	
	もずくの酢の物	みやはるちく おおやましょくひん こんにゃくは宮原地区の大山食品さん	たてまちく さいごうちかふみ だいこんは立町地区の西郷親文さん	
21 (火)	コッペパン	ふるやちく みやざきさんぎょう しめじは古屋地区の宮崎産業さん		
	スパゲティナポリタン	あやちょう たまねぎは綾町ほんものセンターさん		
	アセロラゼリー			
22 (水)	麦ご飯	ふるやちく もみたかお 米は古屋地区の畠田隆生さん	にんじんは北麓地区の郡睦子さん	
	白菜スープ	あげまちく かわこえたけし にらは揚町地区の川越健さん		
	いわしのカリカリフライ	たてまちく さいごうしんふみ キャベツは立町地区の西郷親文さん		
	キャベツの塩もみ	あやちょう たまねぎは綾町ほんものセンターさん		
23 (木)	ひじきごはん	ふるやちく もみたかお 米は古屋地区の畠田隆生さん	にんじんは北麓地区の郡睦子さん	
	白玉汁	ふるやちく みやざきさんぎょう しめじは古屋地区の宮崎産業さん	みやはるちく おおやましょくひん こんにゃくは宮原地区の大山食品さん	
	塩じゃが煮	よつえちく ながいけさだあき ねぎは四枚地区の長池貞明さん	ほ 干ししいたけは綾町ほんものセンターさん	
24 (金)	麦ご飯	ふるやちく もみたかお 米は古屋地区の畠田隆生さん	にんじんは北麓地区の郡睦子さん	
	ハ宝菜	しょうわちく うたつひであき きゅうりは昭和地区の歌津秀昭さん		
	中華サラダ	あやちょう たまねぎは綾町ほんものセンターさん		
27 (月)	親子丼	ふるやちく もみたかお 米は古屋地区の畠田隆生さん	にんじんは北麓地区の郡睦子さん	しょうわちく うたつひであき きゅうりは昭和地区の歌津秀昭さん
	千切大根の酢の物	ふるやちく みやざきさんぎょう しめじは古屋地区の宮崎産業さん	ねぎは四枚地区の長池貞明さん	よんつえちく ながいけさだあき たまねぎ干ししいたけは綾町ほんものセンターさん
28 (火)	ミルクパン	ふるやちく みやざきさんぎょう しめじは古屋地区の宮崎産業さん	キャベツは立町地区の西郷親文さん	たてまちく さいごうちかふみ
	カレーうどん	よつえちく ながいけさだあき ねぎは四枚地区の長池貞明さん	きゅうりは昭和地区の歌津秀昭さん	しょうわちく うたつひであき
	ひじきのサラダ	きたふもとちく こおりむつこ にんじんは北麓地区の郡睦子さん	たまねぎは綾町ほんものセンターさん	あやちょう
30 (木)	麦ご飯	ふるやちく もみたかお 米は古屋地区の畠田隆生さん	にんじんは北麓地区の郡睦子さん	きたふもとちく こおりむつこ
	もずくスープ	ふるやちく みやざきさんぎょう しめじは古屋地区の宮崎産業さん	たまねぎは綾町ほんものセンターさん	あやちょう
	揚げ魚のケチャップ炒め	よつえちく ながいけさだあき ねぎは四枚地区の長池貞明さん		