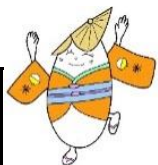


徳島市中学校給食予定献立表
令和4年4月分

徳島市教育委員会



日	曜	献立内容	材 料 名 (食 品 名)					
			血・肉・骨になる		体の調子を整える		働く力や熱になる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
11	月	入学式						
12	火	ごはん マーボー豆腐 ごぼうサラダ ごまドレッシング	豚肉 とうふ 赤みそ	牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ たけのこ 干しいたけ グリーンピース しょうが にんにく ごぼう きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 さとう でんぷん	油 ごま油 ラー油 ごまドレッシング
13	水	ごはん 小さいわしのフライ はくさいの付け合わせ ポン酢しょうゆ	小さいわしのフライ とり肉 さつまあげ	牛乳	にんじん さやいんげん	はくさい 切り干し大根 干しいたけ	精白米 強化米 さとう	油
14	木	(ごはん) カレーライス ヨーグルトあえ	豚肉	牛乳 脱脂粉乳 ヨーグルト	にんじん	たまねぎ グリーンピース にんにく みかん パイン 黄桃	精白米 強化米 じゃがいも ナタデココ	カレールウ 油
15	金	ごはん すきやき きゅうりのかおりづけ パワフルチーズ	豚肉 とうふ	牛乳 チーズ	にんじん	こんにやく たまねぎ はくさい 京ねぎ きゅうり	精白米 強化米 もち麦 さとう	油 ごま油
18	月	ごはん 肉だんごの照り煮 ブロッコリー 大豆入りきんぴらごぼう	肉だんごの照り煮 豚肉 大豆 ちくわ	牛乳	ブロッコリー にんじん さやいんげん	ごぼう こんにやく	精白米 強化米 さとう	油 白ごま ごま油
19	火	ごはん さわらのすだち風味 徳島たっぷりみそ汁	さわら とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ	すだち酢 大根 生しいたけ	精白米 強化米 でんぷん さとう さつまいも	油
20	水	ごはん じゃがいもと厚揚げのそぼろ煮 ごまあえ	豚肉 厚揚げ ちくわ	牛乳	にんじん	たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ	精白米 強化米 じゃがいも さとう	油 白ごま
21	木	(ごはん) 中華丼 揚げぎょうざ	豚肉 えび いか ぎょうざ	牛乳	にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ はくさい たけのこ にんにく	精白米 強化米 でんぷん	油 ごま油 ラー油
22	金	小型コッペパン チョコペースト マカロニのクリーム煮 えだまめサラダ オニオンドレッシング	とり肉 えび ベーコン	牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース マッシュルーム キャベツ えだまめ とうもろこし	パン マカロニ	チョコペースト ベシヤメルソース コーンポタージュの素 油 オニオンドレッシング
25	月	ごはん さばのみそ煮 梅和え ひじきのいため煮	さばのみそ煮 とり肉 厚揚げ 大豆	牛乳 ひじき	にんじん さやいんげん	キャベツ 梅 こんにやく	精白米 強化米 さとう	油
26	火	ごはん ★ちくわのいそべ揚げ 豚汁	ちくわ 卵 豚肉 とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳 青のり粉	にんじん ねぎ	ごぼう こんにやく 大根	精白米 強化米 でんぷん 小麦粉	油
27	水	ごはん 野菜いため ポテトオムレツ かんきつゼリー	豚肉 いか ポテトオムレツ	牛乳	にんじん	しょうが キャベツ たまねぎ えだまめ ヤングコーン	精白米 強化米 かんきつゼリー	油 ごま油
28	木	ごはん たけのこのうま煮 キャベツのミンチカツ ミニトマト	牛肉 ちくわ 厚揚げ キャベツミンチカツ	牛乳	にんじん さやいんげん ミニトマト	たけのこ こんにやく	精白米 強化米 さとう	油

★は、食物アレルギー除去食対応献立の表記です。

は、食育の日の献立です。カラッと揚げたさわらに徳島特産のすだち風味のタレをからめた「さわらのすだち風味」と、にんじん、大根、さつまいも、しいたけ、ねぎ、わかめなど、徳島産の食材をふんだんに使った「徳島たっぷりみそ汁」を実施します。