



令和2年4月 学校給食献立表

柳井市立学校給食センター

日曜	こ ん だ て		あか		みどり		おもなざいりょう		きいろ		エネルギー	
			おもにからだをつくる		おもにからだの調子をととのえる		おもにエネルギーのもとになる					
			たんぱくしつ	むきしつ	カロテン	ビタミンC	たんすいかぶつ	ししつ	小	中		
9 木	ちらしずし  中学校のみ② (ゼリー用)	てまきのり にごみ ツナときりぼしだいこんのもの (中学校のみ)おいわいいちごジュレ	とりにく なまあげ まぐろみずに さつまあげ	ぎゅうにゅう のり こんぶ	にんじん にんじん	たけのこ ★だいこん れんこん ごぼう しいたけ	★こめ むぎ さとう さといも こんにやく さとう	さとう ごま	623	853	25.1	31.5
10 金	むぎごはん 	さばのみそに おじゃがもちじる りんご	さば みそ とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう 	★にんじん ねぎ	たまねぎ ごぼう しいたけ りんご	★こめ むぎ さとう でんぷん	おじゃがもち	672	858		
13 月	むぎごはん 	せつきあじのてんぷら ひじきのいために キャベツのみそしる	あじ だいず あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう 	にんじん さやいんげん にんじん ねぎ	★キャベツ 	★こめ むぎ こむぎこ こめこ でんぷん あぶら	さとう あぶら	613	762	22.7	27.2
14 火	むぎごはん 	ぶたにくときくらげのいためもの わかめうどん おちやめなだいず	ぶたにく さつまあげ とりにく あぶらあげ だいず	ぎゅうにゅう 	にんじん にんじん こまつな	たけのこ ★きくらげ しいたけ おちやは	★こめ むぎ うどん	さとう	618	774		
15 水	コッペパン 	パンプキンアンサンブルエッグ ポークビーンズ いちご(2こ)	たまご とりにく ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう 	かぼちゃ にんじん	たまねぎ グリーンピース ★いちご	★こめ むぎ さとう でんぷん あぶら	じゃがいも さとう	654	775	28.8	33.7
16 木	むぎごはん 	チキンカレー はるやさいのソテー (小学校のみ)おいわいこうはくだいふく	とりにく ひよこめめ とうにゅう ウインナー あずき	ぎゅうにゅう 	にんじん ★アスパラガス	たまねぎ にんにく りんご ★キャベツ もやし とうもろこし	★こめ むぎ じゃがいも カレールウ	あぶら	754	820		
17 金	むぎごはん 	きんめだいのししょうゆやき やさいのいそに かわちばんかん	きんめだい ぶたにく なまあげ	ぎゅうにゅう 	ひじき ★にんじん	ごぼう えだまめ かわちばんかん	★こめ むぎ さとう	じゃがいも こんにやく さとう	628	770	27.2	31.5
20 月	むぎごはん 	マーボーどうふ たけのことチンゲンサイのいためもの	ぶたにく とうふ みそ さつまあげ	ぎゅうにゅう 	にんじん なら チンゲンサイ	たまねぎ しろねぎ しいたけ にんにく しょうが たけのこ ★きくらげ	★こめ むぎ でんぷん さとう	あぶら ごまあぶら	598	754		
21 火	むぎごはん 	だいずのごもくに キャベツのアーモンドあえ こうなごのつくだに	とりにく だいず なまあげ こんぶ	ぎゅうにゅう 	★にんじん さやいんげん こまつな	ごぼう ★キャベツ とうもろこし	★こめ むぎ じゃがいも こんにやく さとう	さとう アーモンド	627	782	24.4	29.2
22 水	コッペパン 	エビフライ ゆでブロッコリー ABCスープ	えび ベーコン	ぎゅうにゅう 	ブロッコリー にんじん ほうれんそう	たまねぎ もやし	★こめ むぎ パンこ でんぷん こむぎこ さとう あぶら	マカロニ	599	713		
23 木	むぎごはん 	ぎゅうにくといとこんにやくのあまからに やさいつみれじる さくらもち	ぎゅうにく やさいつみれ みそ あずき	ぎゅうにゅう 	にんじん さやいんげん にんじん ★ねぎ	ごぼう ★だいこん たまねぎ	★こめ むぎ こんにやく さとう ごま	さとう もちこめ	712	867	26.2	31.6
24 金	むぎごはん 	さわらのゆうあんやき けんちょう ミニトマト(2こ)	さわら とりにく さつまあげ とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう 	にんじん ミニトマト	ゆずかじゅう ★だいこん しいたけ ★きくらげ	★こめ むぎ さとう	さとう	605	778		
27 月	むぎごはん 	ぶたにくとやさいのみそに キャベツのごまずあえ	ぶたにく なまあげ みそ わかめ	ぎゅうにゅう 	にんじん にんじん	★だいこん ごぼう えだまめ ★キャベツ	★こめ むぎ さといも こんにやく さとう	さとう ごま	578	729	21.2	25.8
28 火	むぎごはん 	あじあじれんこん えのきたけとわかめのみそしる	あじ とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう 	にんじん こまつな	れんこん えだまめ たまねぎ えのきたけ	★こめ むぎ さとう でんぷん あぶら	さとう	596	750		
30 木	むぎごはん 	とりじゃが きりぼしソースいため きよみオレンジ	とりにく なまあげ ちくわ さつまあげ	ぎゅうにゅう 	にんじん さやいんげん にんじん	たまねぎ きりぼしだいこん ★キャベツ もやし きよみオレンジ	★こめ むぎ じゃがいも こんにやく さとう	ごまあぶら	642	806	23.4	28.7

※材料の都合により、献立を変更することがあります。

○柳井市でとれたおいしい食材を使っています！

- ・材料の太字は山口県産、★は柳井市産です。
- ・米は柳井市産の「きぬむすめ」だけを使用しています。
- ・山口県産とうふの大豆は「サチユタカ」を使用します。
- ・米粉パンの小麦粉は「せときらら」という小麦から作られます。



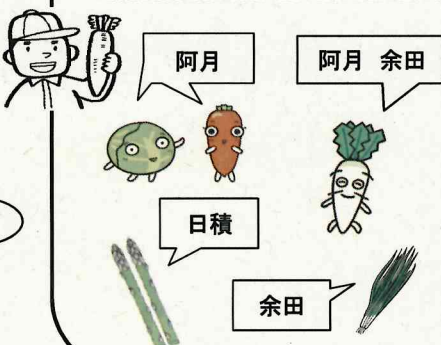
おねがいとおしらせ

- ・はしは毎日持ってきてください。
- ・②のしるしのある日は、スプーンがつきます。
- ・給食費は1食あたり小学校260円、中学校310円です。
- ・献立表は、見えるところに貼って、家庭の食事と重ならないようにしましょう。

毎日!

ぶちおいしい!
今月の柳井のやさい

「学校給食協力会」のみなさんが
作ってくださっている新鮮で安心して
食べられるおいしい野菜です!



山口県産の米、大豆、パン、うどんなどは、
JAグループや山口県から補助をいただいています。

柳井市立学校給食センターブログについて
<http://blog.goo.ne.jp/yanakyucenter>

給食センターでは、給食の写真とともに、献立の目的、
子どもたちの食べる様子、食に関する情報などについて
ブログで紹介しています。ぜひご覧ください。



柳井市立学校給食センター
ブログサイト QRコード