

4月分献立表〈幼稚園〉

令和6年度

四国中央市立土居学校給食センター

日 曜 日	今月の目標		材 料						調味料他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	
	新年度の給食活動に慣れるための献立		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
			主に体をつくる(赤)		主に体の調子を整える(緑)		主にエネルギーのもとになる(黄)				
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品・ 小魚・海藻	色のこい野菜	その他の野菜と果物	米・パン・麺・芋・砂糖	油類			
献立名	牛乳	たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC	炭水化物	脂質				
23 火	赤飯		あずき					こめ もちまい		639 kcal	
	若鶏のから揚げ		とりにく			しょうが		でんぷん	あぶら	しょうゆ	21.3 g
	いろどりしず	○			こまつな	もやし				ななしゅやさいの はなやかごはん	23.6 g
	豆乳みそ汁		あぶらあげ みそ とうにゅう		にんじん ねぎ	えのきたけ たまねぎ		じゃがいも		にぼし	2.0 g
	お祝いクレープ							7 フリー クレープ(いちご)			
24 水	ごはん							こめ			529 kcal
	八宝菜	○	ぶたにく いか えび うずらたまご		にんじん チンゲンサイ	しょうが たまねぎ はくさい たけのこ ほししいたけ		さとう でんぷん	あぶら	ちゅうかスープストック しょうゆ	23.0 g
	ナッツごぼう					ごぼう		でんぷん さとう	あぶら アーモンド	しょうゆ みりん	17.0 g 1.2 g
25 木	麦ごはん							こめ むぎ			505 kcal
	ししゃもの磯辺揚げ			ししゃも あおのりこ				てんぷらこ	あぶら		18.6 g
	ごま酢和え	○				もやし かぶ きゅうり		さとう	しろごま		17.3 g
	新じゃがの煮物		とりにく あつあげ		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ		じゃがいも さとう こんにやく	あぶら	しょうゆ みりん	1.1 g
26 金	ごはん							こめ			518 kcal
	ひきずり	○	とりにく あつあげ		にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ ごぼう		こんにやく さとう	あぶら	しょうゆ	19.5 g
	甘酢和え			わかめ		キャベツ かぶ		さとう		しょうゆ	19.1 g
	レアチーズ(いちご)			レアチーズ							1.2 g
30 火	コッペパン							コッペパン			505 kcal
	黒豆きなこクリーム	○							くろまめきなこ クリーム		22.2 g
	チリコンカン		だいたいず ぎゅうにく ぶたにく		にんじん トマトピューレ	たまねぎ にんにく		じゃがいも	あぶら	トマトケチャップ チリソース スープストック しょうゆ	25.7 g
	茎わかめのサラダ			くきわかめ	チンゲンサイ	キャベツ		さとう	あぶら	しょうゆ	1.7 g

「学校給食実施基準」(文部科学省)に基づき、四国中央市児童生徒の実態を考慮した「学校給食摂取基準」を策定し、給食の提供を行っています。

エネルギー (kcal)

※都合により、献立を変更する場合があります。

平均 539

※食物アレルギー等で対応が必要な場合は、毎日献立表を確認してください。また、加工食品の成分表や材料のグラム数などの詳しい資料が必要な方は、学校へお申し出ください。

※調味料は、アレルギーのない「塩、こしょう、酢、酒、ローリエ、オレガノ、ナツメグ」は記載していません。

※今月の地産地消の地域食材は、太字で表示しています。

**7
フリー**

アレルギーフリー

アレルギー特定原材料7品目不使用
(卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生)

**28
フリー**

アレルギーフリー

アレルギー特定原材料7品目
+ アレルギー特定原材料21品目不使用
(7品目 + あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイ、牛肉、くるみ、さけ、さば、大豆、豚肉、
バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、卵、コーン、ごま、アーモンド、とうもろこし)