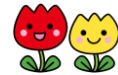




4月 きゅうしょくこんだてひょう



2026.4 本渡学校給食センター

日付	主食	牛乳	おかず	主な材料					
				あか		きいろ		みどり	
				ちやくやほねになる		ねつゆちからになる		からだのしょうじょととのえる	
13月	みるくばん		とうにゅうくりーむしちゅーみにおむれつこまつなさらだ	牛乳 スキムミルク 鶏肉 卵 豆乳	ミルクパン 油 じゃがいも ごま シチュールウ バター	にんじん たまねぎ ブロッコリー 枝豆	小松菜 きゅうり とうもろこし		
天草宝島デー (たけのこ)									
14火	むぎごはん		わかたけじる こんさいいりひらつくね こんぶあえ	牛乳 塩昆布 わかめ 鶏肉 かまぼこ 豆腐	米 麦 さといも さとう	ごぼう たまねぎ れんこん たけのこ	しいたけ ねぎ にんじん キャベツ きゅうり		
15水	むぎごはん		まーぼーあつあげ にんじんしゅーまい なむる	牛乳 赤みそ 厚揚げ みそ 豚肉 魚すりみ 大豆 ツナ	米 麦 小麦粉 さとう でんぷん ごま ごま油	たまねぎ にんじん しょうが にんにく	ねぎ もやし たけのこ しいたけ ほうれん草		
16木	ごはん		うおそうめんじる ほきてんたまあげ ゆかりあえ	牛乳 ホキ 豆腐 あおさ 魚すりみ 鶏肉 【いりこ】	米 小麦粉 さとう 油	にんじん たまねぎ 小松菜 ねぎ	もやし きゅうり しそ		
17金	おみしりえんそく								
ふるさとくまさんデー「山鹿」									
20月	ぶちまるごはん		のっぺいじる ちくわのいそべあげ たけのこのひこすり	牛乳 あおさ 鶏肉 天ぷら 厚揚げ かつお節 竹輪 みそ 【かつお節・昆布】	米 さとう 小麦粉 こんにゃく さといも サラダ油 でんぷん ごま油	しいたけ にんじん だいこん ごぼう	ねぎ たけのこ		
21火	むぎごはん		きくらげのちゅうかすーぶ いわしおかに ごまじゃこあえ	牛乳 かつお節 豚肉 ちりめん いわし	米 麦 でんぷん ごま さとう	にんじん たまねぎ もやし キャベツ	きくらげ とうもろこし きゅうり ねぎ		
22水	こくとうばん		ぼーくびーんす わかどりのひかた こんさいつなあえ おいわいでさーと	牛乳 ツナ 豚肉 卵 大豆 チーズ 鶏肉 豆乳	黒糖パン ごま じゃがいも 油 さとう ノンエッグマヨネーズ	にんにく たまねぎ にんじん 枝豆	きゅうり ごぼう トマト いちご		
天草宝島デー (ぶり)									
23木	ごはん		しんたまねぎのみそじる ぶりふらい ひじきのあえもの	牛乳 みそ 豆腐 鶏肉 油揚げ ひじき わかめ 【いりこ】	米 さとう パン粉 油	えのきたけ にんじん たまねぎ ねぎ	キャベツ きゅうり		
24金	むぎごはん		にくだんごすーぶ わふうきんぴらつつみやき かいそうさらだ	牛乳 豆腐 鶏肉 海藻 ハム	米 麦 パン粉 春雨 ごま ドレッシング	たまねぎ にら しめじ 小松菜 にんにく ごぼう キャベツ にんじん きゅうり しょうが	きくらげ しそ キャベツ		
27月	かっとまるばん		こんぞめすーぶ ぐりるちきん ぶろっこりーさらだ	牛乳 ツナ ベーコン 鶏肉	丸パン ドレッシング じゃがいも 油 さとう	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ	枝豆 パセリ とうもろこし ブロッコリー きゅうり		
28火	むぎごはん		ぼーくかれー みーとはんばーく ふる一つかくてる	牛乳 鶏肉 豚肉 豆乳 スキムミルク	米 麦 カレールウ じゃがいも デミグラスソース ゼリー	しょうが にんにく たまねぎ にんじん	グリーンピース トマト みかん りんご ぶどう パイナップル もも		
30木	ごはん		もすくのちゅうかすーぶ さわらふらい のりあえ	牛乳 さわら 鶏肉 のり もすく さば節 豆腐	米 油 でんぷん さとう パン粉 ごま油 小麦粉	きくらげ にんじん たまねぎ もやし	ねぎ キャベツ きゅうり		

4月の天草産の食材

米、きくらげ、しいたけ、いりこ、たけのこ、春キャベツ、ぶり



※献立は都合により変更することがあります。ご了承ください。