



# 4がつこんだてひょう



牛乳は毎日あります

令和5年4月11日 舞鶴市立倉梯第二小学校

給食のごはんは、舞鶴市内で学校用に作られている舞鶴産コシヒカリを使用しています。また、舞鶴で水揚げされた魚や加工されたものを使うこともあります。その他の食材も舞鶴市の業者の方々にお世話になっています。

| 水曜日<br>(加工パンの日)                                                       | 木曜日<br>(麦入りごはんの日)                                                            | 金曜日<br>(パンの日)                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 12日                                                                   | 13日                                                                          | 14日                                                                         |
| あじつけパン<br>コーン<br>クリームシチュー<br>フルーツサラダ                                  | むぎいりごはん<br>マーボーどうふ<br>こまつなと<br>じゃこのいために                                      | パン<br>カレービーンズ<br>コーンサラダ                                                     |
| 給食開始                                                                  | マーボー豆腐は、豚肉、にんじん、玉ねぎ、ねぎを、砂糖、酒、豆板醤、こまあぶら油、しょうゆ、中華スープ、みそで味付けしています。              | カレービーンズは、大豆、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、グリーンピースをケチャップ、カレー粉、ソース、塩、しょうゆ、コンソメの素で味付けしています。   |
| 17日                                                                   | 18日                                                                          | 19日                                                                         |
| カレーライス<br>フルーツヨーグルト<br>ふくじんづけ                                         | チキンライス<br>じゃがいもの<br>チーズに<br>たまごスープ                                           | こくさんこむぎパン<br>ミートサンド<br>ABCスープ                                               |
|                                                                       | じゃがいものチーズ煮は、人気のメニューです。じゃがいもを茹で、汁気を少し残し、その中にベーコン、コンソメ、バター、チーズ、パセリを入れて混ぜあわせます。 | こくさんこむぎ100%使用のパンが加工パンの日に登場します。                                              |
| 20日                                                                   | 21日                                                                          | 22日                                                                         |
| むぎいりごはん<br>てづくりとうふ<br>ハンバーグ<br>そえやさい<br>じゃがいものみそしる                    | こがたパン<br>おやこうどん<br>ごまあえ<br>いちごジャム                                            | ごまあえは、ほうれん草、キャベツ、えのきだけをゆでて砂糖、しょうゆ、白ごまで和えています。                               |
| ハンバーグは、合いびき肉、とうふ、玉ねぎ、おから、酒、塩、こしょうをこねて焼いています。ケチャップ、ソース、砂糖で作ったソースをかけます。 |                                                                              |                                                                             |
| 23日(日)                                                                | 24日(土)                                                                       | 25日(金)                                                                      |
| ごはん<br>しゃきしゃき<br>ぎゅうどん<br>わかたけじる<br>りんごゼリー                            | たけのこごはん<br>ちくわの<br>いそべあげ<br>すましじる                                            | ミルクパン<br>ポテトグラタン<br>はるキャベツの<br>スープ                                          |
| ぎゅうどん、牛丼には、切り干し大根、もやし、にんじん、小松菜が入っており「しゃきしゃき」とした食感があります。               | いましゅん「たけのこ」の入ったごはんです。とってもやわらかくておいしいですよ。                                      | ポテトグラタンは、じゃがいもは茹でて、ソーセージと玉ねぎは炒めて塩、こしょう、ホワイトルウと合わせてカップに入れ、チーズ、パセリをかけて焼いています。 |
| 26日(木)                                                                | 27日(水)                                                                       | 28日(火)                                                                      |
| むぎいりごはん<br>さばの<br>カレーたつたあげ<br>たまねぎのみそしる                               | ツナサンド<br>チンゲンさいの<br>クリームスープ<br>いちご                                           | ツナサンドのツナとは、英語で「マグロ」や「カツオ」のことです。きゅうり、玉ねぎ、塩、ノンエッグマヨネーズであえたものを自分でパンにはさんで食べます。  |
| サバの竜田揚げは、しょうゆ、酒で下味をつけて、かたくり粉とカレー粉を合わせた粉をまぶしてあぶら油であげています。              |                                                                              |                                                                             |

## 【今月の地場産物】

サバ・・・27(木)



舞鶴の旬の魚を、おすすめするロゴマークです。とれたての「舞鶴のさかな」を元気にPRしている姿で「ま」「い」「づ」「る」の文字を人の両手、顔、頭などで表しています。給食には、毎月1～3回入ります。



## <きゅうしょくのもちもの>

- ・マスク
- ・おはし
- ・はフラシ
- ・コップ



\*まいにち、わすれないで、きれいなものをもってきましょう。





|

|

