

2023年4月 予定献立表



今月の目標

食事のあいさつをしっかりしましょう

(小学校)

越前町学校給食センター

日 曜日	特別 献立	献立名	あか 血や肉や骨となる	みどり 体の調子を整える	き 熱や力となる	エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量
11 火		ごはん 牛乳 ポークカレー キャベツのフレンチサラダ お祝いいちごゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく、 とうにゅう	にんじん しょうが、にんにく、たまねぎ みずな、にんじん キャベツ、とうもろこし いちご	こめ じゃがいも、こむぎこ、 さとう さとう さとう、みずあめ しょうぶつゆし	680 kcal 21.4 g 20.7 g 107.1 g 2.0 g
12 水	アイ アン 献立	ごはん 牛乳 豆腐のみそ汁 まだいのフライ ひじきあえ	ぎゅうにゅう うすあげ、 とうふ、みそ、 まだい ひじき、かんてん	にんじん、こまつな たまねぎ、えのきたけ ブロッコリー、にんじん もやし、キャベツ	こめ こむぎこ、パンこ なたねあぶら さとう、みずあめ、 キヌア なたねあぶら	630 kcal 27.5 g 21.2 g 86.0 g 1.9 g
13 木		コッペパン 牛乳 じゃがいもとベーコンのトマト煮 野菜やきそば だしじゃこ いちご	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく にぼし	にんじん、パセリ、 トマトみずな にんじん、こまつな たまねぎ、しめじ しょうが、キャベツ、たまねぎ、 もやし いちご	コッペパン じゃがいも、さとう やきそばめん	601 kcal 24.4 g 23.0 g 79.2 g 3.5 g
14 金		ごはん 牛乳 けんちん汁 若鶏のレモン煮 いその香あえ	ぎゅうにゅう とうふ とりにく のり	にんじん、ねぎ ごぼう、だいこん、こんにゃく、 ほししいたけ レモン ほうれんそう、にんじん もやし	こめ さつまいも ごまあぶら でんぶん、さとう なたねあぶら	633 kcal 26.6 g 20.1 g 88.4 g 1.9 g
17 月		ケチャップライス 牛乳 豆乳ドリアソース 春雨のしそドレッシングサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン、とりにく、 とうにゅう まぐろみずな わかめ	にんじん にんじん、さやいんげん たまねぎ、しめじ、はくさい あおじそ とうもろこし、きゅうり、 レモン	こめ、さとう なたねあぶら こめこ はるさめ、みずあめ、 さとう こめあぶら	611 kcal 24.1 g 18.5 g 89.4 g 2.8 g
18 火		ごはん 牛乳 肉じゃが なたねあえ いそべにぼし	ぎゅうにゅう ぎゅうにく、 ぶたにく、 たまご にぼし、あおのり	にんじん こんにゃく、たまねぎ ほうれんそう、にんじん もやし	こめ じゃがいも、さとう さとう、でんぶん さとう なたねあぶら、 だいずあぶら	608 kcal 25.6 g 17.1 g 92.4 g 2.0 g
19 水	ふる さと 献立	古代米ごはん 牛乳 春キャベツのみそ汁 かわいいの黄金焼き ぜんまいの炒め煮	ぎゅうにゅう ぶたにく、みそ かわいい うすあげ	にんじん、ねぎ キャベツ、たまねぎ とうもろこし にんじん ぜんまい、こんにゃく、えだまめ	こだいまい、こめ さとう こむぎこ さとう マヨネーズ なたねあぶら	631 kcal 26.3 g 21.2 g 85.5 g 2.9 g
20 木		ごはん 牛乳 ジュリアンスープ 鶏肉のケチャップみそあえ コーンのマスタードサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく、みそ みずな	にんじん だいこん、たまねぎ、セロリー キャベツ、とうもろこし	こめ でんぶん、じゃがいも、 さとう さとう オリーブあぶら	646 kcal 23.9 g 21.1 g 93.2 g 2.1 g
21 金	海 土 里 ち ゃ ん 献立	たけのこごはん 牛乳 じゃがいものみそ汁 はたはたのフライ ひきわり大豆あえ 梅ゼリー	うすあげ みそ はたはた だいず	にんじん にんじん、ねぎ たまねぎ こまつな、にんじん もやし うめ	こめ じゃがいも こむぎこ、パンこ さとう さとう なたねあぶら	595 kcal 22.4 g 18.5 g 88.9 g 3.0 g
24 月		わかめごはん 牛乳 かきたま汁 コロケ 五目きんぴら	わかめ、 ぎゅうにゅう たまご、とうふ ぶたにく ぶたにく	にんじん、ねぎ たまねぎ、ほししいたけ たまねぎ ごぼう、こんにゃく	こめ、さとう でんぶん じゃがいも、パンこ、さとう こむぎこ、でんぶん、みずあめ さとう なたねあぶら、 ロード なたねあぶら	668 kcal 22.8 g 23.9 g 91.6 g 2.3 g
25 火	ジ ュ ナ ナ 献立	ごはん 牛乳 まいたけのみそ汁 さわらのねぎソースがけ はりはり漬け ミニトマト	ぎゅうにゅう うすあげ、みそ わかめ さわら	にんじん たまねぎ、まいたけ にんにく、しょうが こまつな、にんじん きりぼしだいこん ミニトマト	こめ じゃがいも でんぶん、さとう さとう さとう	628 kcal 26.2 g 19.2 g 90.7 g 2.1 g

日 曜日	特別 献立	献立名	あか 血や肉や骨となる	みどり 体の調子を整える	き 熱や力となる	エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量
26 水		ごはん 牛乳 ワントンスープ 豚肉とキャベツのみそ炒め 手作り佃煮 ヨーグルト	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく、みそ かつおぶし ヨーグルト	にんじん、 チンゲンツアイ にんじん もやし、とうもろこし しょうが、たまねぎ、キャベツ	こめ ワントン さとう、でんぶ さとう	630 kcal 25.7 g 16.2 g 87.0 g 2.2 g
27 木		ごはん 牛乳 豚丼の具 みつばのすまし汁 アスパラ入りポテトサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく、 かまぼこ とうふ ヨーグルト	ねぎ にんじん、みつば にんじん、アスパラガス キャベツ、とうもろこし	こめ さとう ふ じゃがいも	630 kcal 25.8 g 18.0 g 94.2 g 2.9 g
28 金	歯 ツ ッ ピー 献 立	麦ごはん 牛乳 マーボ豆腐 エリンギの中華炒め だしじゃこ 清見オレンジ	ぎゅうにゅう とうふ、 ぶたにく、みそ、 ベーコン にぼし	にんじん、ねぎ にんじん キャベツ、もやし、エリンギ きよみオレンジ	こめ、おむぎ さとう、でんぶ ごまあぶら ごまあぶら	646 kcal 30.4 g 23.0 g 84.7 g 1.9 g

献立は、都合により変更になる場合があります。

えちぜんちょう とくべつこんだて ☆越前町の特別献立について☆

特色ある献立をそれぞれ毎月1回ずつ実施しています。

- ☆ 海士里ちゃん献立…越前町でとれた食材を紹介する献立です。
- ☆ ふるさと献立…福井県の郷土料理を取り入れた和食献立です。
- ☆ 歯ツッピー献立…カルシウムを多く含み、噛みごたえのある献立です。
- ☆ アイアン献立…成長期に不足しがちな鉄を多く含む献立です。
- ☆ ジュナナ献立…SDGsについて学ぶ献立です。

予定献立表で、献立名や使用している食材などを
お知らせしています。ぜひご覧ください！

みどり こんだて 海士里ちゃん献立 4月21日(金)



たけのごはん 牛乳 じゃがいものみそ汁
はたはたのフライ ひきわり大豆あえ 梅ゼリー

えちぜんちょう じばさんしよくざい
越前町の地場産食材をアピールするマスコット「海士里ちゃん」です！
「海士里」とは、海・土・里に囲まれた越前町を表す言葉です。給食で
ふだん じばさんぶつ おおつか
は普段から地場産物を多く使うようにしていますが、海士里ちゃん献
だて ひ とく えちぜんちょう しよくざい
立の日は特に越前町でとれた食材をたくさん使っています。4月は宮
崎地区の「たけのこ」、越前地区の「はたはた」などが登場します！
たの
お楽しみに～！

よろしくね



みどり
海士里ちゃん

大切な食事の あいさつ いただきます・ごちそうさま

日本には食事の前後のあいさつがあります。「いただきます」
にも「ごちそうさま」にも食べ物の命や食事を用意するために
かわった人たちへの感謝の気持ちが込められています。とて
も大切な言葉です。食事のあいさつをしっかりとしましょう。



安全にすばやく！ 給食の準備をするこつ

- 給食当番はしゃべらずに
すばやく身支度をしよう
- 衛生面に気をつけて1人
分の適量を盛りつけよう
- 当番以外の方は配せんが
済んだら座って待とう



給食当番の身支度

髪の毛が出
ないように
帽子をかぶ
ろう

マスクを
きちんと
つけよう

つめは短
く切って
おこう

右けんを
使って手
を洗おう

清潔な白衣
を着よう

ハンカチを
持とう



しょうじ

越前町学校給食センター

日 曜日	特別 献立	献立名	主に体の組織を作る 食品群		主に体の調子を整える 食品群		主にエネルギーになる 食品群		エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量
			1群 魚、肉、卵、 豆、豆製品	2群 牛乳、乳製品、 小魚、海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜、 果物	5群 米、パン、めん、 いも、砂糖	6群 油脂	
11 火		ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		862 kcal
		ポークカレー	ぶたにく、 とうにゅう		にんじん	しょうが、にんにく、たまねぎ	じゃがいも、こむぎこ、 さとう	バーラムゆ	26.0 g
		キャベツのフレンチサラダ			みずな、にんじん	キャベツ、とうもろこし	さとう	オリーブあぶら	24.3 g
		お祝いいちごゼリー	とうにゅう、 だいち			いちご	さとう、みずあめ	しょくぶつゆし	139.8 g
									2.5 g
12 水	アイ アン 献立	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		802 kcal
		豆腐のみそ汁	うすあげ、 とうふ、みそ、 まだい		にんじん、こまつな	たまねぎ、えのきたけ			33.9 g
		まだいのフライ					こむぎこ、パンこ	なたねあぶら	24.5 g
		ひじきあえ		ひじき、かんてん	ブロッコリー、にんじん	もやし、キャベツ	さとう、みずあめ、 キヌア	だいちあぶら、 なたねあぶら	114.8 g
									2.7 g
13 木		コッペパン 牛乳		ぎゅうにゅう			コッペパン		766 kcal
	じゃがいもとベーコンのトマト煮	ベーコン		にんじん、パセリ、 トマトみずに	たまねぎ、しめじ	じゃがいも、さとう			30.2 g
	野菜やきそば	ぶたにく		にんじん、こまつな	しょうが、キャベツ、たまねぎ、 もやし	やきそばめん			30.0 g
	だしじゃこ		にぼし						101.4 g
	いちご				いちご			4.3 g	
14 金		ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		812 kcal
	けんちん汁	とうふ		にんじん、ねぎ	ごぼう、だいこん、こんにゃく、 ほししいたけ、 レモン	さつまいも	ごまあぶら		33.1 g
	若鶏のレモン煮	とりにく				でんぶん、さとう	なたねあぶら		23.6 g
	いその香あえ		のり	ほうれんそう、にんじん	もやし				117.4 g
								2.2 g	
17 月		ケチャップライス 牛乳		ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ	こめ、さとう	なたねあぶら	774 kcal
	豆乳ドリアソース	ベーコン、とりにく、 とうにゅう		にんじん、さやいんげん	たまねぎ、しめじ、はくさい	こめこ			29.3 g
	春雨のしそドレッシングサラダ	まぐろみずに	わかめ	あおじそ	とうもろこし、きゅうり、 レモン	はるさめ、みずあめ、 さとう	こめあぶら		21.9 g
								117.7 g	
								3.9 g	
18 火		ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		778 kcal
	肉じゃが	ぎゅうにく、 ぶたにく、 たまご		にんじん	こんにゃく、たまねぎ	じゃがいも、さとう			31.6 g
	なたねあえ			ほうれんそう、にんじん	もやし	さとう、でんぶん	なたねあぶら、 だいちあぶら		19.9 g
	いそべにぼし		にぼし、あおのり			さとう			122.4 g
								2.7 g	
19 水	ふる さと 献立	古代米ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こだいまい、こめ		780 kcal
		春キャベツのみそ汁	ぶたにく、みそ		にんじん、ねぎ	キャベツ、たまねぎ			30.6 g
		かれいの黄金焼き	かれい			とうもろこし	こむぎこ	マヨネーズ	23.5 g
		ぜんまいの炒め煮	うすあげ		にんじん	ぜんまい、こんにゃく、えだまめ	さとう	なたねあぶら	112.4 g
									3.7 g
20 木		ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		830 kcal
	ジュリアンスープ	ベーコン		にんじん	だいこん、たまねぎ、セロリー				29.4 g
	鶏肉のケチャップみそあえ	とりにく、みそ				でんぶん、じゃがいも、 さとう	なたねあぶら	25.2 g	
	コーンのマスタードサラダ			みずな	キャベツ、とうもろこし	さとう	オリーブあぶら	124.2 g	
								2.8 g	
21 金	海 土里 ちゃん 献立	たけのこごはん 牛乳	うすあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	たけのこ、えだまめ	こめ		719 kcal
		じゃがいものみそ汁	みそ	わかめ	にんじん、ねぎ	たまねぎ	じゃがいも		26.1 g
		はたはたのフライ	はたはた				こむぎこ、パンこ	なたねあぶら	19.8 g
		ひきわり大豆あえ	だいち		こまつな、にんじん	もやし	さとう		113.3 g
		梅ゼリー				うめ	さとう		3.8 g
24 月		わかめごはん 牛乳		わかめ、 ぎゅうにゅう			こめ、さとう		845 kcal
	かきたま汁	たまご、とうふ		にんじん、ねぎ	たまねぎ、ほししいたけ	でんぶん		27.6 g	
	コロッケ	ぶたにく			たまねぎ	じゃがいも、パンこ、さとう、 こむぎこ、でんぶん、みずあめ	なたねあぶら、 ラー油	29.2 g	
	五目きんぴら	ぶたにく		にんじん、こまつな	ごぼう、こんにゃく	さとう	なたねあぶら	118.6 g	
								3.0 g	
25 火	ジ ユ ナ ナ 献立	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		801 kcal
		まいたけのみそ汁	うすあげ、みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ、まいたけ	じゃがいも		32.2 g
		さわらのねぎソースがけ	さわら		ねぎ	にんにく、しょうが	でんぶん、さとう	なたねあぶら、 ごまあぶら	22.6 g
		はりはり漬け			こまつな、にんじん	きりぼしだいこん	さとう		120.3 g
		ミニトマト			ミニトマト				2.9 g

日 曜日	特別 献立	献立名	主に体の組織を作る 食品群		主に体の調子を整える 食品群		主にエネルギーになる 食品群		エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量
			1群 魚、肉、卵、 豆、豆製品	2群 牛乳、乳製品、 小魚、海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜、 果物	5群 米、パン、めん、 いも、砂糖	6群 油脂	
26 水		ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		835 kcal
		ワンタンスープ	ベーコン		にんじん、 チンゲンツァイ	もやし、とうもろこし	ワンタン		32.6 g
		豚肉とキャベツのみそ炒め	ぶたにく、みそ		にんじん	しょうが、たまねぎ、キャベツ	さとう、でんぶん		20.0 g
		手作り佃煮	かつおぶし	にぼし、こんぶ			さとう		130.9 g
		ヨーグルト		ヨーグルト					2.9 g
27 木		ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		808 kcal
		豚丼の具	ぶたにく、 かまぼこ		ねぎ	しらたき、たまねぎ	さとう		31.8 g
		みつばのすまし汁	どうふ		にんじん、みつば	だいこん、ほししいたけ	ふ		21.3 g
		アスパラ入りポテトサラダ			にんじん、アスパラガス	キャベツ、とうもろこし	じゃがいも	ソイグ マヨネーズ	125.6 g
28 金	歯 ツ ピ ー 献 立	麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ、おおむぎ		794 kcal
		マーボ豆腐	どうふ、 ぶたにく、みそ		にんじん、ねぎ	しょうが、にんにく、たまねぎ	さとう、でんぶん	ごまあぶら	37.4 g
		エリンギの中華炒め	ベーコン		にんじん	キャベツ、もやし、エリンギ		ごまあぶら	27.9 g
		だしじゃこ		にぼし					105.6 g
		清見オレンジ				きよみオレンジ			2.5 g

献立は、都合により変更になる場合があります。

えちぜんちょう とくべつこんだて ☆越前町の特別献立について☆

特色ある献立をそれぞれ毎月1回ずつ実施しています。

- ☆ 海土里ちゃん献立…越前町でとれた食材を紹介する献立です。
- ☆ ふるさと献立…福井県の郷土料理を取り入れた和食献立です。
- ☆ 歯ツッピー献立…カルシウムを多く含み、噛みごたえのある献立です。
- ☆ アイアン献立…成長期に不足しがちな鉄を多く含む献立です。
- ☆ ジュナナ献立…SDGsについて学ぶ献立です。

予定献立表で、献立名や使用している食材などを
お知らせしています。ぜひご覧ください！

みどり こんだて 海土里ちゃん献立 4月21日(金)



たけのこごはん 牛乳 じゃがいものみそ汁
はたはたのフライ ひきわり大豆あえ 梅ゼリー

えちぜんちょう じばさんしよくざい
越前町の地場産食材をアピールするマスコット「海土里ちゃん」です！
「海土里」とは、海・土・里に囲まれた越前町を表す言葉です。給食で
「海土里」は普段から地場産物を多く使うようにしていますが、海土里ちゃん献
立の日は特に越前町でとれた食材をたくさん使っています。4月は宮
崎地区の「たけのこ」、越前地区の「はたはた」などが登場します！
お楽しみに～！



大切な食事の あいさつ いただきます・ごちそうさま

日本には食事の前後のあいさつがあります。「いただきます」
にも「ごちそうさま」にも食べ物の命や食事を用意するために
かわった人たちへの感謝の気持ちが込められています。とて
も大切な言葉です。食事のあいさつをしっかりとしましょう。



安全にすばやく！ 給食の準備をするこつ

- 給食当番はしやべらずに
すばやく身支度をしよう
- 衛生面に気をつけて1人
分の適量を盛りつけよう
- 当番以外の人は配せんが
済んだら座って待とう



給食当番の身支度

髪の毛が出
ないように
帽子をかぶ
ろう

マスクを
きちんと
つけよう

つめは短
く切って
おこう

石けんを
使って手
を洗おう

清潔な白衣
を着よう

ハンカチを
持とう



2023年 4月



予定献立表



今月の目標

食事のあいさつをしっかりとしましょう

(保育所)

越前町学校給食センター

日 曜日	特別 献立	献立名	あか		みどり		き		エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量
			血や肉や骨となる		体の調子を整える		熱や力となる		
7 金		ワントンスープ			にんじん チンゲンツアイ にんじん	たまねぎ、もやし、とうもろこし	ワンタン		364 kcal
		ホイコーロー	ぶたにく、みそ			キャベツ、にんにく、しょうが	さとう、でんぶん	なたねあぶら、ごまあぶら	12.3 g
		枝豆				えだまめ			7.6 g
		豆乳プリン	とうにゅう				さとう	だいずあぶら	64.8 g
		保育所ごはん・じゃこ					こめ		1.2 g
10 月		かやくうどん	とりにく うすあげ		にんじん、ねぎ	たまねぎ、ほししいたけ	うどん	なたねあぶら	382 kcal
		かきあげ			にんじんしゅんぎく	たまねぎ、ごぼう	こむぎこ		11.8 g
		キャベツのおかか炒め	かつおぶし		こまつな	キャベツ		ごまあぶら	10.4 g
		清見オレンジ (1/4)				きよみオレンジ			61.7 g
		保育所ごはん・じゃこ		にぼし			こめ		1.5 g
11 火		ポークカレー	ぶたにく、 とうにゅう		にんじん	しょうが、にんにく、たまねぎ	じゃがいも、こむぎこ、 さとう	パームゆ オリーブあぶら	394 kcal
		キャベツのフレンチサラダ			みずな、にんじん	キャベツ、とうもろこし			11.2 g
		お祝いいちごゼリー	とうにゅう、 だいず			いちご	さとう、みずあめ	しょくぶつゆし	9.9 g
		保育所ごはん・じゃこ		にぼし			こめ		69.6 g
									1.3 g
12 水	アイ アン 献立	豆腐のみそ汁	うすあげ、 とうふ、みそ、 まだい		にんじん、こまつな	たまねぎ、えのきたけ			388 kcal
		まだいのフライ					こむぎこ、パンこ	なたねあぶら	18.6 g
		ひじきあえ		ひじき、かんてん	ブロッコリー、にんじん	もやし、キャベツ	さとう、みずあめ、 キヌア こめ	だいずあぶら、 なたねあぶら	12.2 g
		保育所ごはん・じゃこ		にぼし					54.6 g
									1.7 g
13 木		コッペパン					コッペパン		352 kcal
	じゃがいもとベーコンのトマト煮	ベーコン		にんじん、パセリ、 トマトみずに	たまねぎ、しめじ	じゃがいも、さとう	オリーブあぶら		12.4 g
	野菜やきそば	ぶたにく		にんじん、こまつな	しょうが、キャベツ、たまねぎ、 もやし、 いちご	やきそばめん			11.6 g
	いちご								52.0 g
	保育所じゃこ		にぼし						2.4 g
14 金		けんちん汁	とうふ		にんじん、ねぎ	ごぼう、だいこん、こんにゃく、 ほししいたけ	さつまいも	ごまあぶら	357 kcal
	若鶏のレモン煮	とりにく				レモン	でんぶん、さとう	なたねあぶら	15.6 g
	いその香あえ		のり	ほうれんそう、にんじん	もやし				9.2 g
	保育所ごはん・じゃこ		にぼし			こめ			54.6 g
									1.4 g
17 月		ケチャップライス			にんじん	たまねぎ	こめ、さとう	なたねあぶら	354 kcal
	豆乳ドリアソース	ベーコン、とりにく、 とうにゅう		にんじん、さやいんげん	たまねぎ、しめじ、はくさい	こめこ	なたねあぶら		13.5 g
	春雨のしそドレッシングサラダ	まぐろみずに	わかめ	あおじそ	とうもろこし、きゅうり、 レモン	はるさめ、みずあめ、 さとう	こめあぶら		8.5 g
	保育所じゃこ		にぼし						57.6 g
									2.3 g
18 火		肉じゃが	ぎゅうにく、 ぶたにく、 たまご		にんじん	こんにゃく、たまねぎ	じゃがいも、さとう	なたねあぶら	333 kcal
	なたねあえ			ほうれんそう、にんじん	もやし	さとう、でんぶん	なたねあぶら、 だいずあぶら		13.6 g
	いそべにぼし		にぼし、あおのり			さとう			7.1 g
	保育所ごはん					こめ			57.1 g
									1.4 g
19 水	ふる さと 献立	春キャベツのみそ汁	ぶたにく、みそ		にんじん、ねぎ	キャベツ、たまねぎ			377 kcal
		かれいの黄金焼き	かれい			とうもろこし	こむぎこ	マヨネーズ	16.7 g
		ぜんまいの炒め煮	うすあげ		にんじん	ぜんまい、こんにゃく、えだまめ	さとう	なたねあぶら	11.7 g
		保育所ごはん・じゃこ		にぼし			こめ		52.7 g
									1.9 g
20 木		ジュリアンスープ	ベーコン		にんじん	だいこん、たまねぎ、セロリー			364 kcal
	鶏肉のケチャップみそあえ	とりにく、みそ					でんぶん、じゃがいも、 さとう	なたねあぶら	13.2 g
	コーンのマスタードサラダ			みずな	キャベツ、とうもろこし	さとう	オリーブあぶら		10.1 g
	保育所ごはん・じゃこ		にぼし			こめ			58.1 g
									1.4 g
21 金	海 土 里 ち ゃ ん 献立	たけのこごはん	うすあげ		にんじん	たけのこ、えだまめ	こめ		383 kcal
		じゃがいものみそ汁	みそ	わかめ	にんじん、ねぎ	たまねぎ	じゃがいも		13.6 g
		はたはたのフライ	はたはた				こむぎこ、パンこ	なたねあぶら	9.6 g
		ひきわり大豆あえ	だいず		こまつな、にんじん	もやし	さとう		63.4 g
		梅ゼリー				うめ	さとう		2.5 g
		保育所じゃこ		にぼし					

日 曜日	特別 献立	献立名	あか		みどり		き		エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 食塩相当量
			血や肉や骨となる		体の調子を整える		熱や力となる		
24 月		わかめごはん		わかめ			こめ、さとう		411 kcal
		かきたま汁	たまご、とうふ		にんじん、ねぎ	たまねぎ、ほししいたけ	でんぶん		12.8 g
		さつまいもコロッケ	だいず				さつまいも、さとう、 パンこ、ごま油	なたねあぶら	10.5 g
		五目きんぴら	ぶたにく		にんじん、こまつな	ごぼう、こんにゃく	さとう	なたねあぶら	67.2 g
		保育所じゃこ		にぼし					2.0 g
25 火	ジュ ナナ 献立	まいたけのみそ汁	うすあげ、みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ、まいたけ	じゃがいも		350 kcal
		さわらのねぎソースがけ	さわら		ねぎ	にんにく、しょうが	でんぶん、さとう	なたねあぶら、 ごまあぶら	15.0 g
		はりはり漬け			こまつな、にんじん	きりほしだいこん	さとう		8.5 g
		ミニトマト			ミニトマト				56.4 g
		保育所ごはん・じゃこ		にぼし			こめ		1.6 g
26 水		ワンタンスープ	ベーコン		にんじん、 チンゲンツアイ、 にんじん	もやし、とうもろこし	ワンタン		365 kcal
		豚肉とキャベツのみそ炒め	ぶたにく、みそ			しょうが、たまねぎ、キャベツ	さとう、でんぶん	なたねあぶら	14.9 g
		手作り佃煮	かつおぶし	にぼし、こんぶ			さとう		6.7 g
		ヨーグルト		ヨーグルト					53.9 g
		保育所ごはん					こめ		1.5 g
27 木		豚丼の具	ぶたにく、 かまぼこ、 とうふ		ねぎ	しらたき、たまねぎ	さとう		353 kcal
		みつばのすまし汁			にんじん、みつば	だいこん、ほししいたけ	ふ		14.5 g
		アスパラ入りポテトサラダ			にんじん、アスパラガス	キャベツ、とうもろこし	じゃがいも	ノンオイルマヨネーズ	7.7 g
		保育所ごはん・じゃこ		にぼし			こめ		58.7 g
									2.0 g
28 金	歯 ツ ピー 献立	マーボ豆腐	とうふ、 ぶたにく、みそ		にんじん、ねぎ	しょうが、にんにく、たまねぎ	さとう、でんぶん	なたねあぶら、 ごまあぶら	384 kcal
		エリンギの中華炒め	ベーコン		にんじん	キャベツ、もやし、エリンギ		ごまあぶら	17.0 g
		清見オレンジ				きよみオレンジ			11.7 g
		保育所ごはん・じゃこ		にぼし			こめ		56.9 g
									1.3 g

献立は、都合により変更になる場合があります。

えちぜんちょう とくべつこんだて ☆越前町の特別献立について☆

特色ある献立をそれぞれ毎月1回ずつ実施しています。

- ☆ 海士里ちゃん献立…越前町でとれた食材を紹介する献立です。
- ☆ ふるさと献立…福井県の郷土料理を取り入れた和食献立です。
- ☆ 歯ツピー献立…カルシウムを多く含み、噛みごたえのある献立です。
- ☆ アイアン献立…成長期に不足しがちな鉄を多く含む献立です。
- ☆ ジュナナ献立…SDGsについて学ぶ献立です。

予定献立表で、献立名や使用している食材などを
お知らせしています。ぜひご覧ください！

大切な食事の あいさつ いただきます・ごちそうさま

日本には食事の前後のあいさつがあります。「いただきます」
にも「ごちそうさま」にも食べ物の命や食事を用意するために
かかった人たちへの感謝の気持ちが込められています。とて
も大切な言葉です。食事のあいさつをしっかりとしましょう。

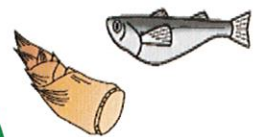


みどり こんだて 海士里ちゃん献立 4月21日(金)

たけのこごはん 牛乳 じゃがいものみそ汁
はたはたのフライ ひきわり大豆あえ 梅ゼリー

越前町の地場産食材をアピール
するマスコット「海士里ちゃん」です！
「海士里」とは、海・土・里に囲まれた
越前町を表す言葉です。給食では、
普段から地場産物を多く使うようにし
ていますが、海士里ちゃん献立の日
は特に越前町でとれた食材をたくさ
ん使っています。

4月は宮崎地区の「たけのこ」、越
前地区の「はたはた」などが登場しま
す！お楽しみに～！



よろしくね☆



みどり
海士里ちゃん