



4月の献立表



なかよし給食センター
那覇市古波蔵3-3-15
TEL:098-835-9501
FAX:098-835-9488

2018年4月 (3品 産地限定)

	献立名	食品名			手作りおやつ (50円)
		カヤ体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
4月2日(月)	野菜たっぷり生姜炒め ヘルシーサラダ しめじのニラ玉 大根と麩のお味噌汁 きびごはん	ゴマ 片栗粉 麩(小麦) 米、きび	豚肉 豆腐(大豆)、ツナ(マグロ) 卵 味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ、パプリカ、ニラ キャベツ、人参、枝豆、コーン しめじ、もやし、ニラ 大根、わかめ	豆乳ココアプリン
					大豆
4月3日(火)	じゃが芋入りチンジャオロース 春雨サラダ ポパイソーセージ きのこスープ 白米 プリン	じゃが芋、片栗粉 春雨、ゴマ 米	牛肉 カニカマ(卵) ソーセージ(乳)	人参、玉ねぎ、パプリカ、ピーマン 人参、きゅうり、キャベツ ほうれん草、玉ねぎ、コーン えのき、しめじ、ニラ	豆腐ドーナツ
					大豆、小麦、乳
4月4日(水)	豚肉と根菜の味噌煮 わかめときゅうりの和え物 パパイヤ炒め キャベツのお味噌汁 雑穀米	さつまいも ゴマ 米、黒米、麦、きび	豚肉、味噌(大豆) ツナ(マグロ) 豆腐、油揚げ、味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、ごぼう、万能ネギ わかめ、きゅうり、大根 パパイヤ、人参、万能ネギ、 キャベツ、ほうれん草	ちんすこう
					小麦
4月5日(木)	洋風ポトフ ブロッコリーサラダ マカロニナポリタン 卵スープ わかめご飯 果物	じゃが芋 マカロニ(小麦) ゴマ 米	ソーセージ(乳) 鶏ささみ チーズ(乳) 卵	大根、人参、玉ねぎ、キャベツ、パセリ ブロッコリー、人参、パプリカ、コーン 人参、玉ねぎ、ピーマン、 ニラ、キャベツ わかめ	クリームパン
					大豆、小麦、乳、卵
4月6日(金)	サーモンのクリームシチュー ひじきの洋風サラダ テリーヌ コンソメスープ 白米	小麦 米	鮭、スキムミルク(乳) チーズ(乳) カニカマ(卵)	人参、玉ねぎ、ほうれん草 ひじき、人参、キャベツ、枝豆、コーン おくら、人参 キャベツ、玉ねぎ、カットトマト、パセリ	スコーン
					大豆、小麦、乳
4月7日(土)	鶏そぼろ かぼちゃサラダ クーフイリチー お味噌汁 白米 果物	マヨネーズ(卵) 米	鶏ミンチ、卵 大豆水煮(大豆) 豚肉 味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、コーン、ほうれん草 かぼちゃ、きゅうり、 昆布、千切大根、人参、万能ネギ 季節の野菜	かぼちゃサターアングギー
					大豆、小麦、卵、乳
4月9日(月) (うちなメニュー)	野菜チャンプルー 白和え 人参しりしり そーめん汁(味噌) 雑穀米	麺(小麦) 米、黒米、麦、きび	豚肉、ポーク(乳) 豆腐、味噌(大豆) 卵 味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ニラ ほうれん草、人参、こんにゃく、 人参 万能ネギ	ジャムサンド
					大豆、小麦
4月10日(火)	ハンバーグ(トマトソース) コールスロー ブロッコリー炒め オニオンスープ 麦ごはん 果物	マヨネーズ(卵) 米、麦	鶏、牛(乳) ツナ(マグロ)、卵	パセリ キャベツ、人参、コーン ブロッコリー、人参、えのき 玉ねぎ、パセリ	ココアドーナツ
					大豆、小麦、乳
4月11日(水)	マーボー豆腐 わかめとカニカマサラダ 餃子 コーンスープ きびごはん	片栗粉 ゴマ 小麦粉 片栗粉 米、きび	豚ミンチ、豆腐(大豆) カニカマ(卵) 鶏肉	人参、玉ねぎ、ニラ わかめ、きゅうり キャベツ、ニラ コーン、玉ねぎ、ニラ	フルーツヨーグルト
					乳
4月12日(木)	チキンカレー おからサラダ ツナと茄子のショートパスタ キャベツのコンソメスープ 白米 果物	じゃが芋、マヨネーズ(卵) マカロニ(小麦) 米	鶏肉、スキムミルク(乳) おから(大豆) ツナ(マグロ) チーズ(乳)	玉ねぎ、人参、コーン、ほうれん草 人参、キャベツ、玉ねぎ、枝豆、コーン なす、パプリカ、ズッキーニ、ブロッコリー 玉ねぎ、キャベツ、パセリ	蒸しパン
					大豆、小麦、乳、卵
4月13日(金)	魚と野菜のあんかけ カラフルもずく酢 ひじき煮 アーサの味噌汁 雑穀米	片栗粉 米、黒米、麦、きび	魚(白身) 油揚げ(大豆) ポーク(乳) 味噌、豆腐(大豆)	人参、玉ねぎ、ピーマン、えのき、しめじ もずく、きゅうり、おくら、コーン ひじき、人参、枝豆 アーサ、万能ネギ	サターアングギー
					大豆、小麦、乳、卵
4月14日(土)	チキンとブロッコリーのケチャップ炒め マカロニサラダ パンプキンチーズ コンソメスープ 白米 果物	じゃが芋 マカロニ(小麦)、マヨネーズ(卵) 米	鶏肉 チーズ、ハム(乳) チーズ(乳)	人参、玉ねぎ、ブロッコリーキャベツ 人参、玉ねぎ、きゅうり、コーン かぼちゃ、玉ねぎ、しめじ、えのき キャベツ、人参、玉ねぎ、パセリ	アガラサー
					大豆、小麦



4月の献立表



なかよし給食センター
 那覇市古波蔵3-3-15
 TEL:098-835-9501
 FAX:098-835-9488

2018年4月 (3品 産地限定)

	献立名	食品名			手作りおやつ (50円)
		カや体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
4月16日(月)	豚肉と野菜の甘酢あん ツナとわかめの酢の物 千切大根煮 葉野菜の味噌汁 雑穀米 果物	片栗粉 ゴマ 米、黒米、麦、きび	豚肉 ツナ(マグロ) 油揚げ、味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、枝豆 わかめ、きゅうり 大根、人参、千切大根、万能ネギ ほうれん草、人参、キャベツ	チョコパン 大豆、小麦、乳、卵
4月17日(火)	ハヤシライス ポテトサラダ ブロッコリーと卵炒め マカロニスープ 白米	小麦 じゃが芋、マヨネーズ(卵) マカロニ(小麦) 米	牛肉 ハム(乳) ベーコン(乳、卵)卵	人参、玉ねぎ、えのき、しめじ、グリーンピース 人参、きゅうり、玉ねぎ、コーン ブロッコリー、人参、玉ねぎ キャベツ、人参、玉ねぎ、カットトマト、パセリ	豆乳フレンチトースト 大豆、小麦、卵
カミカミメニュー 4月18日(水) (よい歯の日)	カラフルもずく煮 ちくわサラダ ソーセージのケチャップ炒め 豚汁 雑穀米 ヨーグルト	片栗粉 ゴマ 米、黒米、麦、きび	豚ミンチ ちくわ(魚、大豆) ソーセージ(乳) 豚肉、味噌(大豆)	もずく、人参、玉ねぎ、パプリカ、ピーマン、コーン キャベツ、人参、枝豆 玉ねぎ、人参、コーン、グリーンピース 人参、玉ねぎ、大根、しめじ、ごぼう、万能ネギ	きなこドーナツ 大豆、小麦、乳
4月19日(木)	鶏肉と茄子のミート煮 シーザーサラダ じゃがベー 春雨スープ 白米	片栗粉 じゃが芋 春雨、ごま 米	鶏肉 ベーコン(乳、卵) 肉団子(乳、卵、大豆)	なす、人参、玉ねぎ、グリーンピース キャベツ、人参、きゅうり、コーン 玉ねぎ、パセリ 人参、玉ねぎ、しいたけ、ニラ	パウンドケーキ 大豆、小麦
4月20日(金) (うちなメニュー)	ふーチャンブルー シークワサーなます きんぴらごぼう わかめと玉ねぎのみそ汁 麦ごはん 果物	麩(小麦) ゴマ、マヨネーズ(卵) 米、麦	豚肉、卵 ハム(乳) 味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ニラ 大根、人参、きゅうり、シークワサー ゴボウ、人参、パプリカ 玉ねぎ、わかめ	フルーツヨーグルト 乳
4月21日(土)	鶏ひき肉とじゃが芋の旨煮 豆腐サラダ 肉団子 お味噌汁 白米	じゃが芋、片栗粉 ゴマ 米	鶏ミンチ 豆腐(大豆) 鶏(乳、卵、大豆) 味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、いんげん キャベツ、ひじき、人参、コーン 季節の野菜	ジャムサンド 大豆、小麦
4月23日(月)	おろしハンバーグ 枝豆とひじきのツナサラダ ポパイ炒め ゆし豆腐 白米	マヨネーズ(卵) 米	牛、鶏(乳、大豆) ツナ(マグロ) ベーコン(乳、卵) 豆腐(大豆)	大根おろし、万能ネギ ひじき、枝豆、キャベツ、人参 ほうれん草、えのき、コーン 万能ネギ	ココアプリン 乳
4月24日(火)	ジンジャーチキン ブロッコリーサラダ ミックスベジタブル炒め コンソメスープ きびごはん 果物	 米、きび	鶏肉、ヨーグルト(乳) チーズ(乳) ソーセージ(乳)	人参、玉ねぎ、白菜、カットトマト、パプリカ ブロッコリー、人参、キャベツ、コーン 人参、コーン、グリーンピース キャベツ、玉ねぎ、パセリ	ちんすこう 小麦
4月25日(水) (うちなメニュー)	肉じゃが 白和え 納豆 そーめん汁(かつお) 白米	じゃが芋 麩(小麦) 米	豚肉 豆腐(大豆)、味噌 豆(大豆)	人参、玉ねぎ、こんにゃく、インゲン ほうれん草、人参、ひじき 万能ねぎ	アガラサー 大豆、小麦
(国際料理) 4月26日(木) (ハワイ)	チリコンカン ポテトサラダ 厚揚げのポキ トマトスープ 雑穀米 果物	じゃが芋 じゃが芋、マヨネーズ(卵) 米、黒米、麦、きび	豚ミンチ、大豆、ミックスビーンズ ベーコン(乳、卵) 豆腐(大豆)	玉ねぎ、ピーマン、カットトマト ブロッコリー、人参、玉ねぎ、コーン 玉ねぎ、人参、万能ネギ カットトマト、玉ねぎ、人参、ピーマン、パセリ	アメリカンドック 大豆、小麦、乳、卵
4月27日(金)	チャプチェ ハンパングーサラダ ブロッコリーとカニカマあかけ 中華スープ 麦ごはん	春雨、ゴマ ゴマ 片栗粉 米、麦	豚肉 鶏ささみ カニカマ(卵)卵	人参、玉ねぎ、キャベツ、しいたけ、ニラ キャベツ、きゅうり、もやし、トマト ブロッコリー、人参、玉ねぎ 人参、コーン、しめじ、わかめ	クリームパン 大豆、小麦、乳、卵
4月28日(土)	挽肉とかぼちゃの味噌チーズ じゃが芋のおかか和え 人参しりしり お味噌汁 白米 果物	じゃが芋、マヨネーズ(卵) 米	豚ミンチ、味噌(大豆) チーズ(乳) おかか(魚) 卵 味噌(大豆)	かぼちゃ、玉ねぎ、 ブロッコリー、人参、コーン、グリーンピース 人参、玉ねぎ、ほうれん草 季節の野菜	スコーン 大豆、小麦、乳

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承ください。

