令和8年04月	中央B

予定献立表

倉敷中央学校給食共同調理場B

実施日 日	曜	献立日	盛り付け方	食品の主なはたらき エネルギーのもとになる	体をつくるもとになる	体の調子を整えるもとになる	エネルギー (kcal)
8	水	ミートサンド 牛乳 野菜スープ	ミートサンド パン スライス入り / ミートサンドの具 / 野菜スープ	○コッペパン ○なたね油	○牛肉ミンチ ○豚肉ももミンチ ○大豆ひき肉（鉄強化）○牛乳 ○ポーク&チキンミートボール	○にんじん ○たまねぎ ○青ピーマン ○ホールコーン 冷凍 ○レタス	652
9	木	ごはん 牛乳 若鶏のから揚げ にしきあえ 切干大根のみそ汁	ごはん / から揚げ にしきあえ / みそ汁	○精白米 ○でん粉 ○なたね油 ○上白糖	○牛乳 ○若鶏肉むね　カツ用 ○豆腐 ○中みそ ○白みそ	○にんじん ○こまつな ○りょくとうもやし ○ホールコーン 冷凍 ○たまねぎ ○切干しだいこん ○えのきたけ ○ねぎ	741
13	月	ごはん 牛乳 肉じゃが キャベツのレモン酢あえ	ごはん / キャベツの レモン酢 あえ / 肉じゃが	○精白米 ○なたね油 ○じゃがいも ○糸こんにゃく ○上白糖	○牛乳 ○豚肉もも ○カットわかめ	○にんじん ○たまねぎ ○冷凍さやいんげん ○キャベツ ○こまつな ○レモン 果汁	679
14	火	ごはん 牛乳 肉野菜炒め はるさめスープ	ごはん / 肉野菜炒め / はるさめ スープ	○精白米 ○なたね油 ○でん粉 ○はるさめ	○牛乳 ○豚肉もも ○若鶏肉 むね ミンチ	○キャベツ ○赤ピーマン ○青ピーマン ○たまねぎ ○にんにく ○しょうが ○にんじん ○すりおろしりんご ○りょくとうもやし ○チンゲンサイ	677
15	水	パン 牛乳 ポークチャップ 野菜サラダ コンソメスープ	丸パン / 野菜サラダ ポーク チャップ / コンソメ スープ	○コッペパン ○でん粉 ○なたね油 ○上白糖 ○じゃがいも	○牛乳 ○豚肉もも角切り ○ウインナースライス	○たまねぎ ○こまつな ○キャベツ ○にんじん ○ホールコーン　冷凍 ○しめじ	777
16	木	カレーライス 牛乳 海藻サラダ	カレーライス ごはん / 海藻 サラダ / カレーライスの具	○精白米 ○なたね油 ○じゃがいも ○上白糖	○牛肉スライス ○牛乳 ○海藻ミックス ○しらす干し 小	○にんにく ○しょうが ○たまねぎ ○にんじん ○グリンピース　冷凍 ○キャベツ ○りょくとうもやし	682
17	金	ごはん 牛乳 厚揚げの中華煮 ばんさんすう	ごはん / ばんさんすう / 厚揚げの 中華煮	○精白米 ○なたね油 ○じゃがいも ○上白糖 ○ごま油 ○マロニー	○牛乳 ○豚肉もも ○冷凍ミニ厚揚げ ○ロースハム千切り	○しょうが ○にんにく ○しめじ ○にんじん ○たまねぎ ○冷凍さやいんげん ○キャベツ ○きゅうり	730
20	月	春の香りごはん 牛乳 小いわしの梅の香揚げ 茎わかめのみそ汁	春の香り ごはん ごはん / 梅の香 揚げ / みそ汁	○精白米 ○なたね油 ○じゃがいも	○若鶏肉　むね　きざみ ○油揚げ ○牛乳 ○小いわし梅の香揚げ ○塩蔵くきわかめ ○中みそ ○白みそ	○たけのこ　ゆで ○ふき　水煮 ○にんじん ○たまねぎ ○ねぎ	700
21	火	ごはん 牛乳 豚キムチ豆腐 大根のナムル	ごはん / 大根の ナムル / 豚キムチ 豆腐	○精白米 ○なたね油 ○上白糖 ○ごま油	○牛乳 ○豚肉もも ○冷凍豆腐（カルシウム・鉄強化）	○たまねぎ ○キャベツ ○はくさい　キムチ ○にら ○だいこん ○こまつな ○にんじん ○白ねぎ ○にんにく	671
22	水	パン 牛乳 野菜たっぷりポトフ ビーンズサラダ	パン / ビーンズ サラダ / ポトフ	○コッペパン ○なたね油 ○じゃがいも ○上白糖	○牛乳 ○豚肉もも ○ウインナー　小 ○ミックスビーンズ	○にんじん ○たまねぎ ○キャベツ ○しめじ ○こまつな ○ホールコーン　冷凍	693
23	木	ごはん 牛乳 ホキの甘酢からめ 高野豆腐の含め煮 えのきたけのすまし汁	ごはん / 甘酢からめ 含め煮 / すまし汁	○精白米 ○でん粉 ○なたね油 ○上白糖	○牛乳 ○ホキ角切り ○高野豆腐 ○カットわかめ	○しょうが ○にんじん ○乾しいたけスライス ○冷凍さやいんげん ○たまねぎ ○えのきたけ ○ねぎ	697
24	金	みそラーメン 牛乳 蒸ししゅうまい 中華のあえ物	みそ ラーメン 中華めん / あえ物 しゅうまい / みそ ラーメンの汁	○中華めん ○なたね油 ○上白糖 ○ごま油	○豚肉もも ○焼き豚 ○カットわかめ ○中みそ ○赤みそ ○牛乳 ○冷凍しゅうまい	○にんにく ○しょうが ○たまねぎ ○にんじん ○ホールコーン 冷凍 ○味付けしなちく（レトルト） ○キャベツ ○りょくとうもやし ○こまつな ○きくらげスライス	722
27	月	ごはん 牛乳 若鶏の照り焼き 炒めなます 若竹汁	ごはん / 照り焼き 炒めなます / 若竹汁	○精白米 ○上白糖 ○でん粉 ○ごま油	○牛乳 ○若鶏肉もも　カツ用 ○豆腐 ○カットわかめ	○だいこん ○にんじん ○乾しいたけスライス ○冷凍さやいんげん ○たけのこ　ゆで ○たまねぎ ○えのきたけ ○ねぎ	684
28	火	玄米入りごはん 牛乳 すきやき 小松菜のおかかあえ 美生かん	玄米入り ごはん / おかかあえ / すきやき	○玄米 ○精白米 ○なたね油 ○じゃがいも ○糸こんにゃく ○上白糖	○牛乳 ○牛肉スライス ○冷凍豆腐（カルシウム・鉄強化）　○糸がつお	○にんじん ○たまねぎ ○洗いごぼう ○生しいたけ ○白ねぎ ○こまつな ○キャベツ ○りょくとうもやし ○美生かん	704
30	木	ごはん 牛乳 さばの立田揚げ 昆布の酢の物 じゃがいものみそ汁	ごはん / 立田揚げ 酢の物 / みそ汁	○精白米 ○でん粉 ○上白糖 ○じゃがいも	○牛乳 ○さば ○刻み昆布 ○中みそ ○赤みそ	○しょうが ○キャベツ ○こまつな ○にんじん ○たまねぎ ○えのきたけ ○ねぎ	751

盛り付け方について

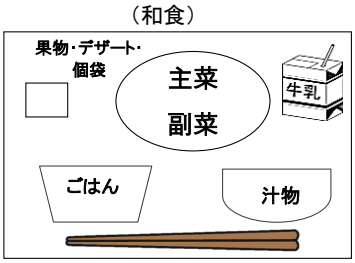
・牛乳は右奥に置いてください。
・果物・デザート・個袋は左奥に置いてください。
・スプーンまたはフォークの絵がない日は、 はしです。

【食器の種類】

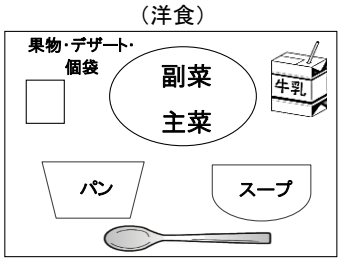
茶わん　汁わん　深皿

【基本の盛り付け方】

（和食）



（洋食）



【予定献立表】

※　献立は材料その他の都合により変更することがあります。
※　特定原材料８品目（卵・乳・小麦・えび・かに・ピーナッツ・そば・くるみ）を使用しない献立の日（飲用牛乳を除く）：9日、13日、14日、17日、21日、23日、27日、28日、30日
※　毎月の予定献立表をホームページに掲載しています。「倉敷中央調理場　献立表」で検索して下さい。又は、こちらの二次元コードをご活用下さい。