

4月献立もいっつけ表

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

<食育の日の献立について>

今年度の「食育の日の献立」は、日本各地の郷土料理を取り入れていく予定です。

毎月19日は「食育の日」

4月は、沖縄県の郷土料理「**麩イリチー**」です。

～「麩イリチー」ってどんな料理?～

沖縄県でよく食べられている、麩を使った料理です。



圧縮麩（沖縄の車麩）

「イリチー」＝炒め物。「麩イリチー」とは、肉・野菜・麩を炒めた料理です。

新学期の給食は12日から始まります。給食のルールを守って給食時間を楽しく過ごせるようにしましょう!

17日

ビビンバ (肉・野菜)

ごはん

豆腐スープ

18日

青菜ともやしのサラダ

クラム

チャウダートースト

じゃがいものコンソメスープ煮

19日

【メキシコ風ピラフ】

バターライス

ツナ

上にかけるソース

20日

食育の日の献立

麩イリチー

さばのみそ焼き

ごはん

いなか汁

21日

ごま酢あえ

鶏肉のからあげ (3個)

たけのこごはん

みそ汁

24日

ヨーグルト

地粉うどん

小松菜のソテー

変わり春巻き

かき玉うどん

25日

春雨サラダ

いかのごまマヨネーズ焼き

中華風ポリ辛ごはん

チンゲン菜のスープ

26日

くるみあえ

和風ハンバーグ

ごはん

五目煮

27日

切り干し大根のサラダ

はんべんのチーズ焼き

鶏ごぼうピラフ

レンフォアタン

28日

ナムル

ぎょうざフラ

ごはん

マーボー豆腐