



4月のこんだてひょう

スマートフォンのQRコード読み取りアプリを起動後、カメラの枠内に右のコードを写す(URL表示後・タップで、給食センターのホームページが見られます。)



平成29年度

松前町学校給食センター 給食センターHP QRコード

日	曜日	こんだて			おもなざいりょう			エネルギー Kcal	
		しゅしょく	牛乳	ふくしょく	ちやくやくやほねになる	からだのちょうしをととのえる	はたらくちからやねつになる	たんぱく質 g	脂質 g
					あか	みどり	き	小学校	中学校
11	火	しろごはん		マーボー豆腐 ナッツごぼう わふうサラダ	ぎゅうにゅう とうふ ぎゅうミンチ あかみそ のり	たまねぎ たけのこ にんじん グリーンピース ほししいたけ ごぼう しょうが にんにく こまつな コーン ながねぎ	こめ あぶら さとう でんぶん アーモンド	649	810
								22.1	26.5
								18.8	21.7
12	水	こめこパン		とりだんごスープ マカロニサラダ カミカミチップ	ぎゅうにゅう とりミンチ たまご ツナ ヨーグルト こにほし するめ	にんじん ねぎ たまねぎ しょうが はくさい キャベツ きゅうり	こめこパン マカロニ マヨネーズ アーモンド さとう でんぶん	634	781
								32.2	39.8
								24.1	28.6
13	木	しろごはん		みそしる エビフライ ポイルやさい・タルタルソース いちご	ぎゅうにゅう とうふ わかめ まつやまあげ あかみそ むぎみそ えび たまご	たまねぎ ねぎ キャベツ コーン いちご にんじん	こめ じゃがいも こむぎこ パンこ あぶら タルタルソース	684	862
								24.1	29.1
								21.7	25.5
14	金	むぎごはん		おでん てづくりふりかけ ごまあえ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ひらてん あつあげ ちくわ うすらたまご こんぶ ちりめん はなかつお ひじき	だいこん ほうれんそう	こめ むぎ じゃがいも こんにゃく さとう ごま	599	762
								26.6	32.6
								14.6	16.7
17	月	コッパン (ちいさめ)		きつねうどん だいこんサラダ フルーツあえ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ かまぼこ わかめ やきふた	にんじん ねぎ だいこん きゅうり レモン みかん モモ パイナップル バナナ	パン うどん さとう ごま マヨネーズ	623	785
								23.4	28.5
								20.7	24.7
18	火	ひじきごはん		すましじる つくねあげ そくせきづけ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ひじき とうふ とりにく わかめ だいず さかなすりみ ぎゅうミンチ ちりめん たまご はなかつお ヨーグルト	ねぎ えのきだけ たまねぎ にんじん キャベツ たくあん	こめ ごま こむぎこ あぶら ぶ	652	821
								27.1	33
								18.3	21.1
19	水	しろごはん		エッグカレー コールスローサラダ ふくしんづけ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく うすらたまご なまクリーム	たまねぎ にんじん にんにく グリーンピース キャベツ きゅうり ピーマン コーン ふくしんづけ	こめ じゃがいも ドレッシング あぶら	689	865
								21.2	25.5
								22.2	26
20	木	なめし		こんさいぶたじる とりにくのピリからやき もやしのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく むぎみそ とりにく	にんじん ごぼう だいこん ねぎ もやし にんにく こまつな だいこんば	こめ さといも こんにゃく さとう ごまあぶら ごま あぶら	589	747
								26.9	33.9
								14.2	16.1
21	金	むぎごはん		にくじゃが さかなのこうみあげ はりはりづけ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく たい たまご	たまねぎ にんじん パセリ はなきりだいこん さやいんげん	こめ むぎ じゃがいも いとこんにゃく あぶら さとう ごま こむぎこ	730	941
								30.3	38.7
								22.5	27.4
24	月	コッパン		ミネストローネ にらたま せんぎりサラダ あおりんごゼリー	ぎゅうにゅう ベーコン こなチーズ たまご	キャベツ たまねぎ にんじん パセリ セロリ にら もやし しめじ だいこん きゅうり	パン マカロニ じゃがいも さとう アーモンド ドレッシング ゼリー	600	740
								21.8	26.6
								18.5	21.8
25	火	しろごはん		おやこどんぶり ちくわのいそべあげ すのもの	ぎゅうにゅう とりにく たまご ちくわ スキムミルク あおりの こなチーズ いか かまぼこ	たまねぎ にんじん ねぎ ほししいたけ きゅうり きりぼしだいこん キャベツ	こめ さとう でんぶん こむぎこ あぶら	671	844
								28.9	34.9
								19.9	23
26	水	バターパン		ピーフンいため もやしときゅうりのサラダ きよみタンゴール	ぎゅうにゅう ぶたにく いか うすらたまご ささみ	キャベツ たまねぎ にんじん しょうが たけのこ きくらげ ねぎ にんにく もやし きゅうり きよみタンゴール	パン さとう バター ピーフン あぶら さとう ごまあぶら	653	813
								26.4	32.2
								24.6	29.5
27	木	たけのこごはん		にゅうめん さわらのてりやき ゆずみそあえ	ぎゅうにゅう まつやまあげ かまぼこ さわら いか しろみそ するめ	たけのこ ほうれんそう ほししいたけ きゅうり えのきだけ ねぎ はくさい にんじん ゆず	こめ ひやむぎ さとう ごま	613	741
								29.5	36.6
								15.5	18
28	金	ろっこごはん		ごもくきんぴら キムチあえ ナッツいりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく ひらてん こにほし	ごぼう にんじん もやし さやいんげん はくさい	こめ くらまい あかまい みどりまい はだかむぎ あぶら もちむぎ もちきび かつナツ こんにゃく じゃがいも さとう	635	807
								24.3	29.6
								18.8	22.2

*材料の都合で、献立を一部変更することがあります。

☆松前町学校給食センターのホームページもご覧ください。《松前町→ 検索コーナー・組織で探す → 教育委員会・給食センター》<http://www.town.masaki.ehime.jp/soshiki/54/>