



なでしこ 献立予定表

◎現在お届けのお米は「茨城県産コシヒカリ・栃木県産なすひかり」を使用しています。

4月22日 月	4月23日 火	4月24日 水	4月25日 木	4月26日 金	4月27日 土
ちらし寿司 ミニメンチカツ 彩り海鮮ステーキ風 ひじきの炒り煮 カリフラワーのマリネ 果物	えびかつサンド チョコピーナッツサンド* トマトソースミニハンバーグ 中華風オムレツ 高野豆腐とふきの煮物 もやしのナムル フルーツゼリー  ロールパンの日	二色御飯 さつまいも天ぷら シーフードステーキ 切干大根の煮付け マカロニサラダ フルーツ缶詰	ハムフライサンド ツナサンド ふんわり豆腐ステーキ かに入りシュウマイ かぼちゃの煮付け 酢の物 プチプリンゼリー	イカと明太子のスパゲティ* トマトソースのピザロール 厚焼玉子 金平ごぼう ポテトサラダ 果物	カレーピラフ えび春巻 あじの塩焼き こんにゃくの煮付け インゲンのかにかのサラダ ミニよもぎ大福
エネルギー 575kcal 蛋白質 21.3g 脂質 11.9g 食塩 3.6g	エネルギー 575kcal 蛋白質 19.8g 脂質 27.8g 食塩 2.6g	エネルギー 650kcal 蛋白質 26.5g 脂質 20.2g 食塩 2.6g	エネルギー 608kcal 蛋白質 20.1g 脂質 33.1g 食塩 3.2g	エネルギー 591kcal 蛋白質 23.9g 脂質 22.2g 食塩 2.8g	エネルギー 575kcal 蛋白質 19.2g 脂質 14.8g 食塩 1.8g
4月29日 月	4月30日 火	5月1日 水	5月2日 木	5月3日 金	5月4日 土
たけのこ釜めし 白身魚の磯辺フライ ベーコンポテトバーグ 大根と鶏肉の煮込み ブロッコリーのごま和え プチコーヒーゼリー	かつサンド 卵サンド 黒酢あんかけ肉団子 海鮮チヂミ がんもどきの煮付け 切干大根の中華サラダ プチシュークリーム	ソース焼きそば 子持ちししゃもフライ ミニフランクフルト 筑前煮 小松菜のなめ茸和え 果物	ハンバーグサンド オレンジマーマレードサンド* かにコロケ チーズオムレツ わかめとメンマの和え物 ごぼうサラダ プチヨーグルトゼリー  ロールパンの日	/	/
エネルギー 546kcal 蛋白質 15.8g 脂質 10.8g 食塩 3.2g	エネルギー 579kcal 蛋白質 22.1g 脂質 33.9g 食塩 2.6g	エネルギー 542kcal 蛋白質 18.5g 脂質 21.4g 食塩 3.2g	エネルギー 582kcal 蛋白質 17.1g 脂質 26.8g 食塩 2.5g		

☆お願い☆

- 食品添加物を使用しない、からだにやさしい調理を行っています。品質保証の為、昼食は13時までにお召し上がりください。
- 仕入れの都合上、献立と異なる場合はご了承ください。

◇ご注意◇

工場内では「卵・乳・小麦・落花生・くるみ・そば・えび・かに」のアレルギー物質を含む食品を使用し調理しています。

新じゃが

新じゃがは、じゃがいもが完熟する前の、葉と茎が青い段階で収穫されます。水分を多く含んでおり、普通のじゃがいもよりも柔らかいのが特徴です。一方で完熟した普通のじゃがいもは、新じゃががよりの硬く、デンプンが多く含まれています。凸凹の多い新じゃがは生育不良の可能性があり、傷やシワ、凸凹がなく重量感のあるものほど、問題なく成長した証だそうです。新鮮で美味しい新じゃがは、手で擦りながら洗うだけで皮が剥けてしまうほど、皮がやわらかくて薄いのです。表面に緑色の部分があるものは、収穫前に太陽光を受けたものか、日数が経過しているものです。芽や緑色の変色部分は、ソラニンとく有毒物質の含有量が多いため、変色や発芽のないものを選ぶようにします。

秦野給食センター協同組合
 TEL:0463-81-2316
 FAX:0463-81-2317

担当栄養士：村上久美子
 吉川亜矢子
 土田 実央