

4月学校給食献立予定表

中学校版

日	曜日	主食	飲み物	おかず	赤 血や肉をつくるもの	黄 力や体温となるもの	緑 体の調子をよくするもの	エネルギー [kcal]	蛋白質 [g]	
9	木	ツイスト パン	牛乳	春の味覚シチュー ウイナーイタリアンソース② フルーツのゼリー和え	牛乳 鶏むね肉 脱脂粉乳 とろけるチーズ ウイナー	ツイストパン 油 米粉 じゃがいも ベシャメルソース オリーブ油 三温糖 ダイスゼリー (あまおう・白桃)	たまねぎ にんじん キャベツ アスパラガス トマト パセリ フルーツミックス	939	35.2	
10	金	赤飯	牛乳	野菜焼 さばのみそ煮 白菜のごま和え お祝いいちごゼリー	ごま塩 牛乳 かつお節パック 油揚げ 煮みそ さば	アルファ化赤飯 こんにゃく さといも 三温糖 すりごま お祝いいちごゼリー	ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ しょうが もやし はくさい こまつな	835	35.2	
13	月	中華めん	牛乳	コーンみそラーメンスープ 揚げギョーザ③ 海藻サラダ 和風ドレッシング	牛乳 豚もも肉 煮みそ ギョーザ マリネセレクト カットわかめ	中華めん 油 和風ドレッシング	しょうが にんじん もやし コーン はくさい キャベツ 長ねぎ にら きゅうり	809	30.3	
14	火	ごはん	牛乳	かきたま汁 鶏肉の塩から揚げ② かみかみサラダ	牛乳 かつお節パック 木綿豆腐 卵 鶏むね肉 さきいか	精白米 片栗粉 油 ごま ごま油 三温糖	にんじん たまねぎ えのきたけ 糸みつば しょうが きゅうり だいこん	800	43.0	
15	水	ごはん	牛乳	ほうれん草のみそ汁 鮭のねぎみそ焼き 筑前煮	牛乳 かつお節パック あさり 油揚げ 煮みそ 煮みそ 鮭のねぎみそ焼き 鶏むね肉	精白米 油 こんにゃく さといも 三温糖	だいこん にんじん ほうれん草 ごぼう たけのこ 干しいたけ いんげん	782	37.2	
16	木	デニッシュ ペストリー	牛乳	スパゲッティナポリタン ローストチキン フルーツのヨーグルト和え	牛乳 ベーコン パルメザンチーズ 鶏もも肉 プレーンヨーグルト	デニッシュペストリー スパゲッティ 油	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが セロリ フルーツミックス	947	35.5	
17	金	ごはん	牛乳	チキンカレー 星のオムレツ グリーンサラダ イタリアンドレッシング	牛乳 鶏むね肉 脱脂粉乳 するりん花豆 星型プレーンオムレツ	精白米 油 じゃがいも 米粉 イタリアンドレッシング	しょうが たまねぎ にんじん チャツネ キャベツ ほうれん草 きゅうり	835	29.9	
20	月	地粉 うどん	牛乳	山菜うどんの汁 ちくわの磯辺揚げ③ ひじきサラダ 玉ねぎドレッシング	牛乳 かつお節パック 豚もも肉 なた 油揚げ 焼き竹輪 あおのり ほしひじき ツナ	地粉うどん 薄力粉 片栗粉 油 玉ねぎドレッシング	にんじん たけのこ 山菜ミックス ほんしめじ まいたけ キャベツ	765	36.7	
21	火	ごはん	牛乳	じゃがいものみそ汁 ソースカツ丼 ほうれん草のおひたし ポトルしょうゆ アセロラミルクゼリー	牛乳 かつお節パック 油揚げ 煮みそ 煮みそ カットわかめ 鶏むね肉	精白米 じゃがいも 薄力粉 パン粉 油 三温糖 アセロラミルクゼリー	にんじん たまねぎ もやし ほうれん草	855	37.5	
22	水	ごはん	ジョア マス カット	いなか汁 さばの南蛮焼き たけのこのおから煮	ジョア マスカット かつお節パック 豚もも肉 生揚げ 煮みそ かつお節 さば南蛮焼き 鶏むね肉	精白米 さといも こんにゃく 油 三温糖	ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ たけのこ いんげん	788	37.8	
23	木	ココア 揚げパン	牛乳	春キャベツのクリームスープ ハンバーグデミグラスソース ヨーグルト	牛乳 ベーコン あさり 脱脂粉乳 生クリーム ハンバーグ ヨーグルト	コッペパン 油 上白糖 米粉 ベシャメルソース オリーブ油 三温糖	たまねぎ にんじん コーン キャベツ セロリ	930	37.7	
24	金	ごはん	牛乳	春雨スープ 揚げ鶏のチリソースかけ 三色ナムル ナムルドレッシング	牛乳 ベーコン 木綿豆腐 鶏むね肉	精白米 油 カットはるさめ 片栗粉 三温糖 韓国ナムルドレッシング	にんじん 長ねぎ えのきたけ にら しょうが もやし こまつな	789	34.1	
27	月	中華めん	牛乳	広東麺スープ 春巻き 中華サラダ 中華ドレッシング	牛乳 豚もも肉	中華めん ごま油 片栗粉 油 カットはるさめ 中華ドレッシング	しょうが にんじん もやし たけのこ はくさい 春巻き ごぼう きゅうり	783	27.7	
28	火	ごはん	牛乳	生揚げのみそ汁 鶏肉の香味ソースかけ 切干大根の炒め煮	牛乳 かつお節パック 生揚げ 油揚げ 煮みそ 煮みそ 鶏もも肉 あさり	精白米 薄力粉 油 三温糖	だいこん にんじん ほうれん草 長ねぎ しょうが 切干大根	851	38.4	
30	木	バター ロール	牛乳	ABCスープ 白身魚フライ ゆでブロッコリー マヨネーズ	牛乳 ベーコン ホキフライ	バターロール 油 じゃがいも マカロニ マヨネーズ	たまねぎ にんじん キャベツ ほうれん草 ブロッコリー	789	29.2	
給食回数 15回 ※太字の食材は、神川町の地場産食材です。								4月の平均摂取量	833	35.0
材料入荷による多少の変更はご了承ください。								中学生(12～14歳)の摂取基準値	830	27～41.5

給食センターからのお願い

☆入院などの理由で休みが長引きそうな場合は、
担任の先生に連絡し給食の停止をお願いします。

☆はしセットは毎日洗い、清潔なものを忘れずに持ってきてください。
破損、紛失した場合は、学校で購入できますのでお申し出ください。

はし 一膳： 130円
スプーン： 70円

はし箱：180円
1セット：380円