

4月分献立表

(給食回数17回)



八千代町立学校給食センター

日	曜日	献立名	おもな材料と体内での働き						栄養価	
			おもに体をつくる		おもにからだの調子を整える		おもにエネルギーになる		エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質		
1群 魚・肉・卵・豆・豆腐製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 種実類・油脂					
7	火	にしよごはん(ごはん にくそぼろ たまごそぼろ) 牛乳 なめこのみそしる	ぶたにく だいず たまご	牛乳	にんじん	えだまめ しょうが	ごはん さとう でんぶん	あぶら	638	25.8
8	水	しょうゆラーメン 牛乳 はるまき ごぼうサラダ	ぶたにく なた かまぼこ	牛乳 わかめ	にんじん にんじん	ながねぎ もやし とうもろこし たけのこ たまねぎ しょうが キャベツ たまねぎ ごぼう きゅうり	ちゅうかめん はるさめ でんぶん さとう こむぎこ	あぶら あぶら ラード ドレッシング ごま ノンエッグマヨネーズ	650	22.2
9	木	メンチカツバーガー(まるパン メンチカツ[ソース]) 牛乳 ボイルキャベツ トマトシチュー チーズ	とりにく きゅうりく ぶたにく	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ	まるパン こむぎこ パンこ さとう でんぶん	あぶら ラード ドレッシング	684	25.3
10	金	ごはん 牛乳 さばふんかほしやき きりぼしだいこんのもの とんじる	さば さつまあげ ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ	牛乳	にんじん	だいこん えだまめ だいこん ながねぎ ごぼう こんにやく	ごはん さとう	あぶら あぶら	668	25.7
13	月	入学・進級 お祝いこんだて ごはん 牛乳 ハンバーグマトソースかけ はなやさいサラダ たまごスープ おいおいゼリー	とりにく ぶたにく	牛乳	トマト	たまねぎ にんにく しょうが カリフラワー とうもろこし たまねぎ えのきたけ いちご	ごはん さとう でんぶん	ラード ドレッシング あぶら	655	22.6
14	火	むぎごはん 牛乳 ぼうぎょうざ ちゅうかサラダ マーボー豆腐	ぶたにく とりにく くらげ ちくわ とうふ ぶたにく だいず	牛乳	にんじん トマト	キャベツ たまねぎ ながねぎ しょうが もやし きゅうり しょうが にんにく しいたけ ながねぎ	むぎごはん こむぎこ でんぶん パンこ さとう	ラード あぶら ごまあぶら ごま ごまあぶら	693	26.1
15	水	きつねうどん のもヨーグルト(マスカット) ちくわのいそべあげ(小2こ 中職3個) にんじんしりしり	あぶらあげ なた ちくわ たまご まぐろ かつおぶし	のもヨーグルト あおのり	ほうれんそう にんじん	たまねぎ ながねぎ マスカット	ソフトめん こむぎこ でんぶん	ごまあぶら あぶら あぶら	621	27.0
16	木	くるパン 牛乳 キッシュ チキンのマリネサラダ はるやさいのクリームスープ	たまご	牛乳 チーズ	かぼちゃ にんじん にんじん ブロッコリー	たまねぎ きゅうり たまねぎ かぶ	くるパン じゃがいも でんぶん	あぶら ドレッシング あぶら ラード バター	747	29.1
17	金	かみかみこんだて 4/18はよい歯の日です! ごはん 牛乳 いかフライ[ソース] ひじきのもの だいこんのみそしる	いか とりにく ちくわ あぶらあげ だいず とうふ みそ	牛乳	にんじん	しらたき だいこん ごぼう	ごはん こむぎこ パンこ でんぶん	あぶら あぶら あぶら	602	21.6
20	月	ごはん 牛乳 さけのさいきょうやき にくじゃが すましじる ミニアセロラゼリー (小1こ 中職2個)	さけ みそ ぶたにく	牛乳	にんじん	たまねぎ しらたき えだまめ たけのこ たまねぎ ながねぎ アセロラ	ごはん さとう じゃがいも さとう	あぶら あぶら	592	24.8
21	火	ポークカレーライス(ごはん カレーシチュー) 牛乳 とうふナゲット(小2こ 中職3個) だいこんサラダ	ぶたにく レバー とうふ すりみ とうにゅう	牛乳 脱脂粉乳	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが りんご たまねぎ だいこん きゅうり えだまめ	ごはん じゃがいも こむぎこ こむぎこ でんぶん さとう	あぶら あぶら ドレッシング	715	20.5
22	水	地産地消 八千代の日こんだて ふるさとうどん 牛乳 八葉丸たまごやき ほうれんそうのごまあえ ウエハース	ぶたにく あぶらあげ たまご	牛乳	ほうれんそう にんじん	ごぼう はくさい しめじ ながねぎ もやし	ソフトめん でんぶん さとう さとう でんぶん こむぎこ	あぶら あぶら ごま ごまあぶら あぶら	615	25.5
23	木	コッペパン コーヒー牛乳 にくだんごオニオンソース(小2個 中職3個) スパゲティナポリタン こまつなのイタリアンスープ	とりにく ウインナー たまご	牛乳 チーズ	にんじん にんじん こまつな パセリ	たまねぎ たまねぎ マッシュルーム たまねぎ	コッペパン パンこ さとう でんぶん	あぶら ラード あぶら あぶら	592	22.8
24	金	せかいのいよりり ~タイ~ ガバオライス(ごはん ガバオ) 牛乳 はるさめスープ フルーツゼリーあえ	とりにく だいず みそ	牛乳	にんじん ビーマン パセリ こまつな にんじん	たまねぎ まいたけ しょうが えのきたけ たまねぎ みかん パインアップル ナタデココ	ごはん さとう はるさめ さとう ゼリー	あぶら あぶら	603	20.4
27	月	やきいとうん(むぎごはん やきにく) 牛乳 えびシューマイ(小2こ 中職3個) うましおスープ	ぶたにく えび えそ せらチン たまご かまぼこ	牛乳	にんじん たら にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ しらたき しょうが にんにく たまねぎ もやし たまねぎ ながねぎ しょうが	むぎごはん こむぎこ でんぶん さとう	あぶら ごま ラード ごまあぶら	615	21.8
28	火	ごはん 牛乳 とりにくのからあげ はるさめサラダ わかめスープ	とりにく ハム なた	牛乳 わかめ	にんじん にんじん	しょうが にんにく きゅうり たまねぎ もやし たけのこ ながねぎ	ごはん でんぶん	あぶら ドレッシング ごまあぶら ごま	626	22.5
30	木	コッペパン いちご&マーガリン 牛乳 しろみぎかなのこうそうやき ポークビーンズ コンソメスープ	ホキ だいず ぶたにく ベーコン	牛乳 チーズ	あかビーマン にんじん トマト パセリ にんじん トマト にんじん	たまねぎ たまねぎ キャベツ たまねぎ もやし	コッペパン いちごジャム パンこ さとう	マーガリン あぶら	591	27.2

※都合により、献立内容が変更になる場合がありますので、ご了承ください。
 ※この献立表に記載されている食品は、主な材料で調味料やハンバーグ、春巻きなどの加工食品に含まれるアレルギー等、
 使用食材のすべては記載しておりません。
 (アレルギー対応を受けている児童生徒と保護者の方はアレルギー用予献立表および加工食品成分表をご確認ください。)
 ※魚料理については「骨」がある場合がありますので、気をつけて食べてください。
 ※減塩のため、しょうゆやソース等は使用を控えています。ご協力をお願いします。

今月は八千代町で栽培された「米(コシヒカリ)」「やさい(かぶ きゅうり チンゲン菜 長ねぎ はくさい)」を使用します。
 近隣の市町村からは「もやし しめじその他」を使用しています。



★お箸セットの購入について★
 お箸セットを購入したい方は、担任の先生
 または給食センターまでご連絡ください。
セット一式:960円
 ~バラ売りも可能です~
ケース:410円 箸:230円
スプーン・フォーク:各160円