

平成30年度 4月分学校給食予定献立表 毛呂山町学校給食センター



日曜日	献立名	食材料(太字は毛呂山町産の予定)			栄養価			
		主に血や肉を作る食品 (赤色の食品)	主に体の調子を整える食品 (緑色の食品)	主に熱や働く力になる食品 (黄色の食品)	エネルギー kcal	たんぱく質 g		
11 水	ごはん 牛乳 つけもの・かけるもの	親子煮 白ごまつくねのケチャップソースあえ (小中2バ) キャベツのおかかマヨネーズ(角)	牛乳、白ごまつくね、鶏肉、かつお節、煮干し、削り節、鶏卵	きゅうり、キャベツ、にんじん、たまねぎ、えんどう豆	ごはん、米ぬかサラダ油、マヨネーズ、三温糖、じゃがいも	740 918	29.6 34.9	
12 木	地粉うどん 牛乳	わかめうどんの汁 笹かまぼこの若葉揚げ(バ) ごぼうサラダ(角) アーモンド小魚(中ピ)	アーモンド小魚、牛乳、笹かまぼこ、煮干し、削り節、豚肉、白みそ、わかめ	ごぼう、とうもろこし、きゅうり、パセリ、にんじん、たまねぎ、根深ねぎ	地粉うどん、小麦粉、上白糖、なたね油、米ぬかサラダ油、ごま、三温糖	600 809	23.2 30.8	
13 金	ドライカレー 牛乳	ホワイトソース ブロックリーとツナのサラダ(角) ミニピーチゼリー(小1中2ピ)	牛乳、鶏肉、まぐろフレーク、脱脂粉乳、生クリーム	ブロックリー、ミニすりおろしピーチゼリー、きゅうり、たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ	ドライカレー、米ぬかサラダ油、上白糖、じゃがいも、小麦粉、バター	712 924	24.6 31	
16 月	ツイストパン 牛乳	ミネストローネ チキンのマーメレード焼き(バ) いちごゼリー(学)	牛乳、鶏肉、ウインナー、だいず、チーズ	にんにく、にんじん、たまねぎ、トマトピューレー、トマト缶、キャベツ	いちごゼリー、ツイストパン、米ぬかサラダ油、じゃがいも、マーメレード、ホイールマカロニ	690 852	27.1 32.5	
17 火	わかめごはん 牛乳	肉じゃが あじのフリッター (小1~3年1 小4年~中学2バ) 清見(角)	あじフリッター、牛乳、豚肉、煮干し、削り節、凍り豆腐	清見、にんじん、しらたき、たまねぎ、えんどう豆	わかめごはん、米ぬかサラダ油、なたね油、じゃがいも、三温糖	709 856	26 30.4	
18 水	コッペパンスライス 牛乳	ふわふわたまごのスープ 焼きそば(バ) フルーツポンチ(角) キャンディーチーズ(小中2ピ)	チーズ、牛乳、ベーコン、豚肉、あおのり、鶏卵	ハインアップル缶、みかんゼリー、黄桃缶、たまねぎ、にんじん、キャベツ、パセリ	コッペパン、米ぬかサラダ油、杏仁ゼリー、パン粉、蒸し中華めん	611 787	23.7 29.4	
19 木	ごはん 牛乳	マーボー豆腐 ひじきぎょうざ(小中2バ) 中華サラダ(角)	ひじき入りぎょうざ、牛乳、豚肉、豆腐	きゅうり、にんにく、もやし、根しょうが、根深ねぎ、にんじん、たけのこ	ごはん、米ぬかサラダ油、なたね油、上白糖、ごま油、三温糖、でん粉	713 872	26.8 32.4	
20 金	ごはん 牛乳	カレー チキンサラダ(角) ブルーヨーグルト(学)	ブルーヨーグルト、牛乳、サラダチキン、豚肉、チーズ、ヨーグルト	キャベツ、きゅうり、にんにく、たまねぎ、にんじん、ソテーオニオン、トマト缶	ごはん、米ぬかサラダ油、上白糖、じゃがいも、ココア、バター、小麦粉	695 890	24.7 30.5	
23 月	ごはん 牛乳	豚汁 めばるのしょうゆ焼き(バ) もやしのごま和え(角)	めばる白醤油漬、牛乳、豚肉、煮干し、削り節、豆腐、油揚げ、赤みそ	もやし、きゅうり、にんじん、だいこん、根深ねぎ	ごはん、米ぬかサラダ油、三温糖、ごま、じゃがいも	618 768	27.6 32.8	
24 火	バターロール 牛乳	オニオンスープ オムレツのミートソースかけ(バ) パリジャンサラダ(角)	オムレツ、牛乳、鶏肉、豚肉、チーズ	キャベツ、きゅうり、とうもろこし、たまねぎ、にんじん、ソテーオニオン	バターロール、米ぬかサラダ油、上白糖、三温糖	623 812	22.6 28.4	
25 水	ごはん 牛乳	キャベツと油揚げのみそ汁 ハンバーグのおろしソースかけ(角) 手づくりふりかけ(タ)	ちりめんじゃこ、ハンバーグ、牛乳、煮干し、ひじき、かつお節、油揚げ、白みそ、赤みそ	だいこん、たまねぎ、にんじん、キャベツ	ごはん、三温糖、でん粉、ごま	673 854	29 36	
26 木	子どもパンスライス 牛乳	米粉のコーンスープ ホキのチーズ入り香草フライ(バ) コールスロー(角)	ホキパジルチーズフライ、牛乳、ベーコン、生クリーム	キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、とうもろこし	子どもパン、米ぬかサラダ油、なたね油、上白糖、バター、米粉	639 859	22.6 29	
27 金	ごはん 牛乳	八宝菜 レバーの パーベキューソースかけ(角) ハインアップル(学)	牛乳、豚レバー竜田揚げ、豚肉、いか、えび、うずら卵	ハインアップル、根しょうが、にんにく、にんじん、たけのこ、もやし、キャベツ、チンゲンサイ	ごはん、米ぬかサラダ油、なたね油、三温糖、オイスターソース、でん粉、ごま油	652 813	28.1 33.9	
給食回数		13回	(学)…学校配送(角)…角食缶(バ)…バット(タ)…タッパ(ピ)…ビニール袋(小)…小学校(中)…中学校		平均栄養量	667 847	25.8 31.7	
※ 材料入荷の都合により献立を突然変更することや、欠品することがあります。				※ 0-157対策のため生野菜をひかえた献立になっています。ご理解とご協力をお願いいたします。		基準栄養量	640 820	24 30



お知らせ

小学1年生は、16日(月)から給食が始まります。



学校給食センター 臨時職員募集!



<職 種> 調理員(健康な人) <勤務時間> 午前8時30分~午後5時15分の間で相談に応じます。
 <勤務内容> 学校給食の調理・食器洗い・調理場の清掃など <自 給> 875円
 <勤務日> 学校給食のある日(週4~5日程度) <申 込 み> 履歴書(写真添付)を学校給食センターに持参または郵送してください。
 <問 合 せ> 〒350-0439 毛呂山町目白台4-3-4 毛呂山町学校給食センター ☎ 049-294-2242



ご入学・ご進級おめでとうございます。

学校生活の新しいスタートの月です。給食は11日（水）から始まります。

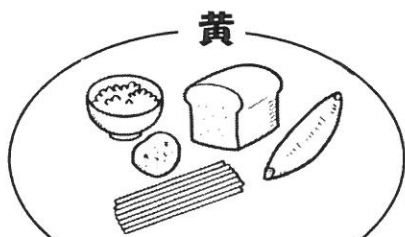
心も身体も日々成長していく子どもたちの大切な食事です。子どもたちの健康のために職員一丸となって、おいしくて安全な給食づくりを心がけていきます。



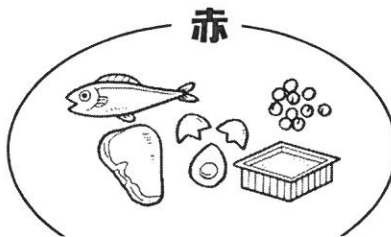
朝ごはんをしっかりと食べて登校しましょう



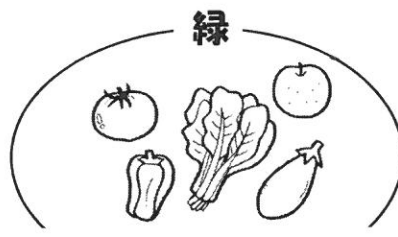
『早寝』『早起』を心がけ、『朝ごはん』をしっかりと食べて登校することは、とても大切なことです。毎日食べていても、食事の内容は主食のごはんやパンだけという児童・生徒も多いようですが、それだけだと活動的に動けなかったり、便秘になったりします。また、学力や体力の向上にも関係があることがわかってきました。バランスも考えて朝ごはんを食べましょう。



黄
おもに主食となる食品
(脳の目覚まし)



赤
おもに主菜となる食品
(体の目覚まし)



緑
おもに副菜となる食品
(おなかの目覚まし)

※簡単な料理でも黄・赤・緑のグループの食品がそろるとバランスよく食べることができます。



毛呂山町の学校給食

♥ こんなことを心がけて作っています。 ♥

- ・季節感のある献立
(旬の野菜や果物、行事食など)
- ・地場産物を活用した献立
- ・国産食材の使用

- ・良質で安全な食品の選定
(食品添加物のチェック、原産地や製造工場の確認など)
- ・できるだけ手作りで！
(出汁は削り節や煮干から。国産小麦を使った手作りのルーなど)

- ・噛みごたえのある料理を！
(よく噛んで食べる習慣が身につくように、豆類や小魚など)
- ・魚料理を多く！



- ・食文化の継承
(日本に昔から伝わる素朴な料理、郷土料理や行事食など)

【学校給食の放射性物質の検査結果】

* 検査結果は、毛呂山町ホームページ(教育委員会→学校給食センター→学校給食放射性物質検査結果)で随時公表しています。
* 測定方法: 緊急時における食品の放射能測定マニュアルによる。 検査機関: 株式会社環境テクノ(ゲルマニウム半導体検出器)

採取期間	検査品	検査日	結果
3月5日(月)~9日(金)	期間中の給食を毎日1人分採取し、すべてを混合したもの。	3月9日(金)	ヨウ素131、セシウム134、セシウム137、いずれも検出せず。 *「検出せず」とは検査機器で測定できる定量下限値「10ベクレル」未満であることを示す。