

平成26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	
		主食・のみもの つけるもの・かけるもの	おかず デザートなど	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
10	木	地粉うどん 牛乳	信田汁 かき揚げ(バ) ほうれん草のごま和え(角)	牛乳、煮干し、削り節、豚肉、なると、あぶらあげ	ほうれんそう、もやし、にんじん、乾しいたけ、根深ねぎ、こまつな	野菜かき揚げ、地粉うどん、ごま、米ぬか油、三温糖	小646 中823	22.1 27.4
11	金	ドライカレー 牛乳	ホワイトソース ビーンズサラダ(角) キウイフルーツ(学)	牛乳、鶏肉、ミックスビーンズ(大豆 いんげん豆)、脱脂粉乳	とうもろこし、キウイフルーツ、きゅうり、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ	ドライカレー、米ぬか油、ハーフマヨネーズ、中華ドレッシング、小麦粉、バター、生クリーム	700 900	22.8 28.5
14	月	ごはん 牛乳	豚汁 ししやもの南蛮漬け(小1中2 バ) もやしとキャベツのお浸し(角)	ししやもでん粉付き、牛乳、豚肉、かつお節、あぶらあげ、煮干し、削り節、豆腐、赤みそ	もやし、キャベツ、にんじん、だいこん、根深ねぎ	ごはん、米ぬか油、三温糖、さといも	617 829	23.1 30.4
15	火	食パン 牛乳 いちごジャム(ピ)	ラビオリトマトスープ チキンソテー(バ) バリバリ塩キャベツ(角)	牛乳、鶏肉、豚肉	キャベツ、にんにく、セロリー、にんじん、たまねぎ、トマト缶、トマトピューレー	いちごジャム、食パン、米ぬかサラダ油、三温糖、でん粉、ポークラビオリ	579 769	26.0 32.5
16	水	ごはん 牛乳	五目スープ 枝豆とひじきの煮物(バ) 河内晩柑(角)	牛乳、鶏肉、豚肉、ひじき、えびボール、あぶらあげ、豆腐、煮干し、削り節	かわちぼんかん、にんじん、たけのこ、乾しいたけ、もやし、えだまめ、根深ねぎ、ほうれんそう、根しよが	ごはん、米ぬかサラダ油、三温糖、ごま油	591 739	23.1 28.3
17	木	子どもパン スライス 牛乳 中濃ソース	野菜スープ メンチカツ(バ) ほうれん草とコーンのソテー(角) スライスチーズ(中 ピ)	チーズ、メンチカツ、牛乳、鶏肉、スライスチーズ(中)	にんじん、ほうれんそう、たまねぎ、とうもろこし、キャベツ、パセリ	オリーブ油、バター、子どもパン、米ぬか油、じゃがいも	674 900	24.0 33.5
18	金	ごはん 牛乳	カレー ツナサラダ(角) ミニクレープいちご(学)	牛乳、まぐろ油漬け、豚肉、ゴーダチーズ、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、ミニクレープ、米ぬかサラダ油、上白糖、じゃがいも、バター、小麦粉	703 878	23.9 29.5
21	月	ごはん 牛乳	マーボー豆腐 揚げ海鮮ぎょうざ(小中2 バ) 中華サラダ(角)	海鮮ぎょうざ、牛乳、豚肉、豆腐	きゅうり、にんにく、もやし、根しよが、根深ねぎ、にんじん、たけのこ	ごはん、ごま油、米ぬか油、上白糖、三温糖、でん粉	669 840	26.8 33.2
22	火	ツイストパン 牛乳	コーンスープ いかなげつ(小2中3 バ) フレンチサラダ(角)	いかなげつ、牛乳	キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、とうもろこし、えだまめ	ツイストパン、米ぬか油、バター、じゃがいも、上白糖、小麦粉	685 888	22.8 28.9
23	水	ごはん 牛乳	豆腐とわかめのみそ汁 さばの辛味焼き(バ) もやしとキャベツのお浸し(角)	さば辛味漬け、牛乳、煮干し、削り節、わかめ、かつお節、あぶらあげ、豆腐、白みそ、赤みそ	もやし、キャベツ、にんじん、だいこん、たまねぎ	ごはん	643 808	24.5 29.9
24	木	ごはん 牛乳 韓国のり(ピ)	肉じゃが 茎わかめと切り干し大根の ごま風味(角) ミニすりおろしりんごゼリー (小1中2 ピ)	韓国のり、牛乳、茎わかめ、豚肉、煮干し、削り節、凍り豆腐	きりぼしだいこん、りんごゼリー、にんじん、しらたき、たまねぎ、いんげん	ごはん、米ぬか油、上白糖、ごま油、ごま、じゃがいも、三温糖	634 813	23.7 28.6
25	金	バターロール パン 牛乳	スパゲッティナポリタン グリーンサラダ(角) ヨーグルト(学)	ヨーグルト、牛乳、豚肉、ゴーダチーズ	きゅうり、にんにく、キャベツ、にんじん、プロッコリー、ピーマン、たまねぎ、マッシュルーム	オリーブ油、バターロール、米ぬかサラダ油、上白糖、スパゲッティ	677 870	24.9 30.7
28	月	ごはん 牛乳	チャーチャン豆腐 ごぼうサラダ(角) アーモンド小魚(ピ)	アーモンド小魚、牛乳、豚肉、赤みそ、生揚げ	ごぼう、にんにく、とうもろこし、根しよが、きゅうり、キャベツ、にんじん、たまねぎ、たけのこ、乾しいたけ、ほうれんそう	ごはん、上白糖、三温糖、マヨネーズ、米ぬかサラダ油、ハーフマヨネーズ	667 841	26.2 31.9
30	水	ごはん 牛乳	にらたまスープ キャベツのみそ炒め(角) 彩の国納豆(学)	牛乳、彩の国納豆、煮干し、削り節、豚肉、豆腐、赤みそ、鶏卵	根しよが、にんじん、たまねぎ、たけのこ、キャベツ、さやえんどう、にら	ごはん、米ぬかサラダ油、三温糖、でん粉	610 774	26.1 32.3
給食回数		14回	(学)・・・学校配送(角)・・・角食缶(バ)・・・バット(タ)・・・タッパー(ピ)・・・ビニール袋(小)・・・小学校(中)・・・中学校			平均栄養量	650 834	24.3 30.4
			※ 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	24.0 30.0

※ 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。

※ 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。

毛呂山町学校給食センターでは、給食当日に合わせて食材を調達しています。備蓄等はありませんので、材料の不都合があると約2800食の代替え品が、「選べない」、あるいは「無い」ことで、やむを得ず急な献立変更や、欠品があることをご承知ください。食物アレルギーなどで、対応の難しい児童生徒の方もいらっしゃいますが、できるだけ努力は致します。ご理解をお願いいたします。



学校給食は、教育活動の一環として位置づけられています。

栄養のバランスのとれた食事で、成長期の子どもたちの心身の健康を増進し、

食に関する指導の、日々の実践の場となっています。

