



4月 献立表



給食回数15回

佐野市立南部学校給食センター

| 日曜 | 献立名 | 主な材料 | | | | | | 中学校 | | |
|-----|--|--------------------------------|------------------------|------------------|--|-------------------------------------|-------------------|------------|---------|------|
| | | 体をつくるもとになる | | 体の調子を整えるもとになる | | エネルギーのもとになる | | エネルギー kcal | たんぱく質 g | 脂質 g |
| | | 魚・肉・卵 豆・豆製品 (主にたんぱく質) | 牛乳・小魚 海藻 (主に加わら) | 緑黄色野菜 (主に加わら) | その他の野菜・果物 (主にビタミンC) | 穀類・いも類 砂糖 (主に炭水化物) | 油脂 (主に脂肪) | 830 | 33.0 | 23.0 |
| 10月 | ごはん ソースカツ 小松菜のおひたし けんちん汁 | 豚肉 とり肉 豆腐 | 牛乳 | こまつな にんじん | もやし だいこん ごぼう ねぎ | ごはん パン粉 さとう さといも | 油 | 788 | 27.0 | 21.1 |
| 11火 | ごはん とり肉の照焼き ひじきの五目豆 じゃがいものみそ汁 ㊦お祝いいちごゼリー | とり肉 豚肉 大豆 ちくわ 油揚げ ㊦豆乳 | 牛乳 ひじき わかめ | にんじん | たまねぎ ねぎ ㊦いちご果汁 | ごはん さとう じゃがいも | 油 | 848 | 33.3 | 22.9 |
| 12水 | ミルクロールパン 白身魚のレモンソースかけ ミートボールスープ マスカットゼリーよせ | ホキ とり肉 豚肉 | 牛乳 | にんじん こまつな | レモン果汁 たまねぎ キャベツ マスカット果汁 みかん缶 バイン缶 | パン でん粉 さとう | 油 | 831 | 34.3 | 27.4 |
| 13木 | ごはん セルフビビンバの具 わかめと豆腐のスープ オレンジ | 豚肉 豆腐 | 牛乳 わかめ | ほうれんそう にんじん | だいずもやし たまねぎ オレンジ | ごはん | 油 ごま | 748 | 27.7 | 19.3 |
| 14金 | ミニココア米粉パン 塩ラーメン ボークしゅうまい (小1個/中2個) コロコキゅうり | 豚肉 なると | 牛乳 | にんじん | もやし キャベツ ねぎ とうもろこし たまねぎ きゅうり | パン ちゃんぽんめん でん粉 小麦粉 | 油 ごま油 | 789 | 33.9 | 27.6 |
| 17月 | ◆日本味めぐり～福井県～ ごはん さばの文化干し焼き ほうれん草の梅かつおあえ ぽっかけ汁 | さば 油揚げ かまぼこ | 牛乳 かつお節 | ほうれんそう にんじん | もやし うめ ごぼう ねぎ | ごはん | | 788 | 27.6 | 26.0 |
| 18火 | ごはん ポークカレー 和風ツナサラダ (小)お祝いいちごゼリー (中)アゼロゼリー | 豚肉 ツナ (小)豆乳 | 牛乳 | にんじん | たまねぎ キャベツ きゅうり (小)いちご果汁 (中)アゼロ果汁 | ごはん じゃがいも | 油 ドレッシング ごま | 841 | 22.8 | 22.5 |
| 19水 | バーガーパン 照焼きハンバーグ イタリアンサラダ コーンポタージュ | 豚肉 とり肉 ハム | 牛乳 生クリーム | にんじん | たまねぎ きゅうり キャベツ とうもろこし | パン さとう でん粉 | ドレッシング バター | 834 | 32.8 | 30.5 |
| 20木 | ごはん 豚肉のしょうが炒め 小松菜のいそかあえ 大根と豆腐のみそ汁 | 豚肉 豆腐 | 牛乳 のり わかめ | こまつな にんじん | たまねぎ もやし だいこん ねぎ | ごはん さとう | 油 | 782 | 33.7 | 22.2 |
| 21金 | ミニバターロールパン ペンネナポリタン ブロッコリーサラダ 県産ヨーグルト | 豚肉 ウインナー ハム | 牛乳 ヨーグルト | にんじん ブロッコリー | たまねぎ マッシュルーム グリーンピース カリフラワー とうもろこし | パン マカロニ | 油 ドレッシング ごま | 814 | 29.6 | 30.5 |
| 24月 | ごはん 肉じゃが ほうれん草のごまあえ 若竹汁 さくらゼリー (さくらんぼとレモンのゼリー) | 豚肉 かまぼこ | 牛乳 わかめ | にんじん ほうれんそう | たまねぎ グリンピース もやし たけのこ えのきたけ レモン果汁 さくらんぼ果汁 | ごはん じゃがいも さとう | 油 ごま | 754 | 24.1 | 14.8 |
| 25火 | ごはん モロのケチャップあえ 五目きんぴら キャベツのみそ汁 | モロ 豚肉 さつまいも 油揚げ | 牛乳 | にんじん | ごぼう キャベツ たまねぎ | ごはん でん粉 さとう | 油 | 774 | 30.8 | 17.5 |
| 26水 | パンキンロールパン 春野菜シチュー いかナゲット (小1個/中2個) カラフルボンチ | とり肉 いか タチウオ | 牛乳 | かぼちゃ にんじん | たまねぎ アスパラガス キャベツ とうもろこし りんご果汁 いちご果汁 みかん缶 バイン缶 | パン じゃがいも | 油 | 794 | 29.5 | 21.2 |
| 27木 | もち麦ごはん マーボー豆腐 春巻き にらのナムル | 豆腐 豚肉 ハム | 牛乳 | にんじん にら | ねぎ たまねぎ キャベツ しいたけ だいずもやし | ごはん 大麦 さとう でん粉 小麦粉 米粉 はるさめ | 油 ごま油 | 920 | 31.7 | 32.6 |
| 28金 | 黒ロールパン ミートボール (2個) ハムのマリネ チキンワタンスープ ㊦型抜きチーズ | とり肉 ハム | 牛乳 ㊦チーズ | にんじん こまつな | たまねぎ えだまめ くわい ねぎ キャベツ きゅうり もやし | パン ワタナン | ごま ドレッシング | 847 | 32.9 | 29.9 |

※献立は都合により変更になることがあります。
 ※3月の給食で使用した以下の食材の放射性物質検査を実施しましたが、いずれも検出され
 ませんでした。【たまねぎ、豚ひき肉、冷凍全卵、ねぎ、冷凍とうもろこし、水煮大豆、にんじん、
 キャベツ、こんにやく、だいこん、冷凍小松菜、冷凍ほうれん草、じゃがいも、豚肉、かき菜、
 きゅうり、もやし、はくさい、冷凍豆腐】
 ※保護者の皆様にご負担いただいている給食費は、すべて食材の購入にあてられています。
 未納とならないようご協力お願いいたします。
 ※食べ物を誤飲しないように、ご家庭でもよく噛んで食べることをご指導ください。
 また、給食で使用している魚は大きな骨は取り除いていますが、小骨が残っている
 こともあります。魚を食べる際には、気をつけて食べるようあわせてご指導ください。



今月の『日本味めぐり』は
4月17日(月)福井県です。

福井県

献立表確認のお願い

給食で初めて食べる
食材はありますか？

食物アレルギー
は、乳児がもっとも
多く、年齢が上
がると共に減少し
ます。しかし、中
には学童期以降に
アレルギー症状があら
われる場合もあり
ます。給食で初めて
食べる食材がある
場合は、体調のよい
時に、まずは、家
庭で食べることをお
すすめします。

●食物アレルギー
対応献立表について

給食センターでは、食物
アレルギー表示対象特定
原材料28品目が詳細にわ
かる献立表を作成してあり
ますので、詳しい資料が
必要な方は各学校にお申
し出ください。

ご入学・ご進級
おめでとうございます

給食センター職員一同、みなさんが心待ち
にしてくれるようなおいしく、安心安全な給食
を届けたいと思っています。
本年度も、ご理解とご協力をお願いいたし
ます。