

# 4月分予定献立表(Bコース)

(給食回数14回)



平成28年度

久喜市教育委員会  
全農食品久喜事業所

日付 (曜日)	こんだて 献立			血・肉・骨となるもの (あか)	熱や力となるもの (きいろ)	体の調子を整えるもの (みどり)	熱量(Kcal) たんぱく質(g)	
	主食	飲物	おかず				小学生	中学生
11日 (月)	中華めん	牛乳	みそラーメン 揚げ餃子 メンマのみりん煮	牛乳、豚肉、みそ 豚肉 鶏肉	中華麺、ごま油、ごま油、三温糖 油、豚脂、でん粉、ごま油、砂糖、小麦粉 油、三温糖	もやし、ねぎ、人参、にら、きくらげ、生姜、にんにく キャベツ、玉ねぎ、にら、生姜 メンマ、こんにやく、人参、いんげん	661 26.0	818 31.7
12日 (火)	ごはん	牛乳	根菜のメンチかつ(ソース) 春雨のごま炒め わかめスープ	牛乳、豚肉、鶏肉 豚肉 鶏肉、わかめ、豆腐	米、油、砂糖、パン粉、でん粉、小麦粉 春雨、油、ごま油 油	蓮根、玉ねぎ、ごぼう、人参 キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、人参、 とうもろこし、ねぎ、人参	697 25.2	830 29.8
13日 (水)	ごはん	牛乳	ほうれん草入り厚焼卵 春大根のサラダ(棒々鶏ドレッシング) 八宝菜	牛乳、鶏卵 豚肉、イカ、なると	米、砂糖、でん粉、油 ドレッシング 油、でん粉、ごま油	ほうれん草 大根、キャベツ、きゅうり、人参 パプリカ、生姜 白菜、玉ねぎ、もやし、人参、チンゲンサイ、筍、椎茸	631 22.8	802 28.0
14日 (木)	ドックパン	牛乳	チキンのホワイトソース スパゲティ・ポモドーロ コンソメスープ	牛乳、鶏肉、生クリーム、脱脂粉乳 ベーコン 豚肉	パン、バター スパゲティ、オリーブ油 じゃがいも、油	玉ねぎ、パセリ 玉ねぎ、トマト、人参、マッシュルーム、にんにく キャベツ、小松菜、人参、とうもろこし、しめじ	660 29.1	862 39.9
15日 (金)	ごはん	牛乳	ポークカレー 白身魚のフリッター かみかみサラダ(和風ごまドレッシング)	牛乳、豚肉、脱脂粉乳 ホキ、沖あみ、アオサ 刻み昆布	米、じゃが芋、油 油、小麦粉、でん粉、砂糖、米粉 ドレッシング	玉ねぎ、人参、りんご、にんにく キャベツ、もやし、人参、切干大根、とうもろこし	715 24.7	898 31.1
18日 (月)	ゆでうどん	牛乳	山菜うどん 焼売(しょうゆ) 和風あえ(和風ドレッシング) 中>アーモンドフィッシュ	牛乳、鶏肉、かまぼこ、油揚げ 豚肉 中>いわし	うどん、油、三温糖 でん粉、砂糖、ごま油、小麦粉 ドレッシング、中>アーモンド、砂糖、ごま	山菜、ごぼう、筍、ねぎ、人参、椎茸 玉ねぎ、生姜 キャベツ、小松菜、人参、蓮根	637 24.6	805 31.6
19日 (火)	赤飯 (ごま塩)	牛乳	若鶏のから揚げ ほうれん草のおひたし(しょうゆ、削り節) すまし汁	牛乳、鶏肉 かつお削り節 はんぺん	米、もち米、小豆、ごま、油、でん粉	生姜 ほうれん草、キャベツ、もやし、人参 大根、筍、小松菜、ねぎ、人参、椎茸	636 23.7	817 29.5
20日 (水)	ごはん	牛乳	ミートコロケ(ソース) 豚肉と大豆もやしのピリ辛炒め 卵とコーンの中華風スープ みかんゼリー	牛乳、豚肉 豚肉 鶏卵、豆腐	米、油、じゃが芋、砂糖、パン粉 油、三温糖、ごま油、ごま でん粉、ゼリー	玉ねぎ 大豆もやし、大根、ぜんまい、ほうれん草、人参、蒟蒻、にんにく とうもろこし、人参、チンゲンサイ、ねぎ	696 23.0	842 28.2
21日 (木)	バーガーパン	牛乳	ハンバーグケチャップソース 粉ふき芋 新たまねぎのスープ	牛乳、鶏肉、豚肉 ベーコン	パン、パン粉、小麦粉、三温糖、でん粉、油 じゃがいも 油	玉ねぎ、トマト、にんにく パセリ 玉ねぎ、キャベツ、人参、枝豆	661 25.6	877 32.4
22日 (金)	ごはん	牛乳	鱈の塩こうじ焼き 厚揚げとこんにやくの含め煮 みそ汁	牛乳、鱈(さわら) 鶏肉、厚揚げ 麩、みそ	米 油、三温糖 じゃが芋	こんにやく、大根、人参、枝豆、筍、椎茸 玉ねぎ、小松菜、ねぎ、人参	646 28.0	806 35.1
25日 (月)	中華めん	牛乳	海鮮塩ラーメン 肉団子の甘酢あんかけ 中華和え(中華ドレッシング) 中>アセロラゼリー 中>牛乳プリン	牛乳、豚肉、えび、いか ミートボール 中>牛乳プリン	中華麺、油 三温糖、でん粉 ドレッシング、中>ゼリー	もやし、人参、ねぎ、とうもろこし、チンゲンサイ、にんにく、生姜 キャベツ、ほうれん草、枝豆、人参、きゅうり	667 26.3	834 33.1
26日 (火)	ごはん	牛乳	いわしの甘露煮 野菜のオイスターソース炒め 肉どんぶり	牛乳、いわし 鶏肉 豚肉	米、三温糖、でん粉、小麦 油、ごま油 油、三温糖	生姜 もやし、キャベツ、人参、小松菜、ピーマン、パプリカ、筍 たまねぎ、こんにやく、ねぎ、椎茸	691 30.2	825 34.0
27日 (水)	ごはん	牛乳	御柱揚げ 野菜入り野菜炒め きのこのみそ汁	牛乳、タラ、イトヨリ、沖あみ、チーズ、わかめ 豚肉 豆腐、油揚げ、みそ	米、小麦粉、砂糖、油、でん粉 油 里芋	キャベツ、白菜、もやし、小松菜、人参、筍、野菜漬 しめじ、えのき茸、ねぎ	677 26.8	816 30.6
28日 (木)	食パン (いちごジャム)	牛乳	アスパラとマカロニのグラタン 春野菜のサラダ(ごまドレッシング) ポトフ	牛乳、ベーコン、脱脂粉乳、生クリーム、チーズ ウインナー	パン、ジャム、マカロニ、バター ドレッシング じゃが芋、油	たまねぎ、とうもろこし、アスパラガス 小松菜、キャベツ、大根、ごぼう、人参 玉ねぎ、かぶ、人参、セロリ、パセリ、にんにく	667 21.2	895 32.3

しょうわ ひ  
昭和の日

◆印は「新メニュー」です  
★印は「カミカミ献立」です

4月平均栄養摂取量

667 838  
25.5 32.0

## 新しいメニューの紹介 4月25日(月)の献立

### 御柱揚げ(おんしらあげ)

「御柱揚げ」は長野県諏訪地方で行われる祭りである「御柱祭」にちなんだ料理です。  
「御柱祭」とは申年と寅年に諏訪大社で行われる祭事の一つで、山中から切りだした大木を神社のご神木とし、農作物がたくさん収穫できるように祈るお祭りです。6年に1度行われるこのお祭りは、平安時代頃から代々続いています。今年も、その「御柱祭」の1年にあたり、10トンを超える立派なもみの木が、4月の下旬にお披露目された後、5月に神社の四隅に建てられます。  
給食では、「御柱」に見立てた棒状のかまぼこを、天ぷら衣にくぐらせ油で揚げました。

平成28年度 学校給食使用食材の産地 (久喜地区小中学校給食)

4月 予定

品名	産地	品名	産地	品名	産地	品名	産地
米	埼玉(久喜市産米)	厚削り	静岡	人参	茨城	キャベツ	愛知
パン	埼玉、アメリカ、カナダ	煮干し	千葉、茨城	白菜	茨城	生姜	鹿児島、高知
麺	埼玉、アメリカ、カナダ	いか短冊	ベルー	ピーマン	茨城	にんにく	青森
		さわら切り身	東シナ海	パプリカ	韓国、ニュージーランド	ホールコーン	米国
		むき海老	インドネシア他	パセリ	千葉、茨城	蓮根	徳島、茨城
牛乳	埼玉、栃木、北海道など	いわし甘露煮	茨城	筍	愛媛	ほうれん草	茨城
		白身魚フリッター	チリ、アルゼンチン他	玉ねぎ	北海道	りんご	青森
		小松菜	久喜	もやし	栃木	えのき	長野
		きゅうり	久喜	大豆もやし	茨城	しめじ	長野
卵	青森、埼玉、栃木、群馬	チンゲンサイ	茨城	アスパラガス	青森	マッシュルーム	茨城
肉類	豚肉 千葉、青森、群馬	長ねぎ	久喜	かぶ	千葉	里芋	宮崎
	鶏肉 青森、岩手、宮城、鹿児島、宮崎、千葉	ごぼう	茨城、青森	いんげん	北海道	じゃが芋	北海道
		大根	茨城	枝豆	タイ	きくらげ	熊本
		にら	栃木、茨城	セロリ	福岡、長野	干し椎茸	宮崎、大分
						わかめ	韓国

※諸般の事情により、材料や献立を変更する場合があります

