

# 4月分予定献立表

(給食回数13回)

久喜市教育委員会  
栗橋西中学校

平成28年度



日付 (曜日)	献立(こんだて)			熱や力となるもの (きいろ)	血・肉・骨となるもの (あか)	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					
12日 (火)	ごはん ●	牛乳	チキンナゲット(2) ツナと野菜のサラダ ポークカレー	米 大豆油 サラダ油 小麦粉 じゃが芋 でんぷん 和風ドレッシング	牛乳 豚肉 鶏肉 シーチキン 卵	小松菜 人参 もやし 玉葱 コーン にんにく 生姜	911 28.8	
13日 (水)	黒パン	牛乳	チーズオムレツ ペンネのトマト煮 千切り野菜スープ	パン 大豆油 ベンネ バター でんぷん 砂糖	牛乳 卵 ベーコン チーズ	玉ねぎ 人参 セロリ にんにく トマト パセリ	771 25.6	
14日 (木)	ごはん	牛乳	ししゃもフライ(2) 五目豆 まいたけ汁	米 大豆油 砂糖 でんぷん	牛乳 ししゃも 大豆 卵 豆腐 和風だし	人参 ごぼう 三つ葉 こんにゃく 干し椎茸 まいたけ	825 32.7	
15日 (金)	うどん	牛乳	いか天ぷら 五目金平 おかめうどん汁	うどん 大豆油 サラダ油 小麦粉 ごま 砂糖	牛乳 鶏肉 いか 竹輪 かまぼこ 煮干粉 和風だし	小松菜 人参 ごぼう こんにゃく ねぎ 干し椎茸	775 33.4	
18日 (月)	おめでとう献立 赤飯	牛乳	鶏の唐揚(2) ほうれん草のお浸し すまし汁	赤飯 大豆油 でんぷん ごま	牛乳 鶏肉 しらす干し わかめ あられはんぺん 煮干粉 和風だし	ほうれん草 人参 もやし 玉ねぎ 干し椎茸 生姜	813 33.6	
19日 (火)	ごはん	牛乳	さんまの蒲焼き 車麩と大根の煮物 わかめの味噌汁	米 大豆油 砂糖 仙台麩 三温糖 じゃが芋 でんぷん	牛乳 さんま 豚肉 わかめ 赤味噌 白味噌 煮干粉	大根 人参 いんげん ほうれん草 こんにゃく	790 28.2	
20日 (水)	メロンパン	牛乳	ほうれん草のグラタン ハムと野菜のサラダ コンソメスープ ヨーグルト	パン(卵) 砂糖 サラダ油 じゃが芋 小麦粉 バター イタリアドレッシング	牛乳 ベーコン ロースハム チーズ ベーコン ヨーグルト	ほうれん草 人参 小松菜 玉ねぎ もやし コーン	856 28.4	
21日 (木)	ごはん	牛乳	豆腐バーグ(和風だれ) 野菜のごま和え ほうれん草の味噌汁	米 大豆油 砂糖 でんぷん ごま パン粉 でんぷん	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ わかめ 赤味噌 白味噌 煮干粉	きゃべつ 人参 もやし ほうれん草 玉葱	703 25.6	
22日 (金)	中華麺	牛乳	揚げ餃子(3) ポテトサラダ タンメン汁	中華麺 大豆油 ごま じゃが芋 サラダ油 マヨネーズ(卵)	牛乳 豚肉 チーズ ロースハム	きゃべつ 玉ねぎ 人参 きゅうり 枝豆 もやし いら 干し椎茸 コーン にんにく	785 28.4	
25日 (月)	郷土(長野) ごはん	牛乳	御柱揚げ 野沢菜入り野菜炒め きのこの味噌汁	米 大豆油 小麦粉 里芋 車麩	牛乳 豚肉 豆腐 棒かばぼこ 和風だし 赤味噌 白味噌 煮干粉	白菜 人参 しめじ 野沢菜塩漬け えのきたけ ねぎ	777 26.6	
26日 (火)	ごはん	牛乳	ひじき入り春巻き チンジャオロース 春雨スープ	米 大豆油 ごま油 砂糖 でんぷん	牛乳 豚肉	人参 ピーマン もやし いら 生姜 干し椎茸	808 25	
27日 (水)	教科関連(中1) 子供パン	牛乳	ハンバーグ 粉吹き芋 新玉ねぎのスープ	パン 砂糖 じゃが芋	牛乳 鶏肉	きゃべつ 玉ねぎ 人参 枝豆 パセリ	808 28.3	
28日 (木)	ごはん	牛乳	メンチカツ 中華サラダ けんちん汁	米 大豆油 ごま油 砂糖 三温糖 じゃが芋 植物油 春雨 パン粉 でんぷん	牛乳 卵 鶏肉 豚肉 豆腐 ロースハム 赤味噌 白味噌 煮干粉	大根 人参 ごぼう きゅうり こんにゃく ねぎ 玉ねぎ	829 24.5	
							<b>月平均栄養摂取量</b>	804 28.4

※ 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  
※ 主食欄の●印のついた日はスプーンを持参しましょう。

## 平成28年度4月 学校給食使用食材の産地 (栗橋地区中学校給食)

品名	産地(予定)	品名	産地(予定)	品名	産地(予定)	品名	産地(予定)	
主食	米	埼玉(久喜市産米)	魚類	ししゃも	ノルウエー	青果類	にら	茨城、栃木、千葉
	パン	埼玉、アメリカ、カナダ		いか	ペルー		人参	千葉、徳島、茨城、埼玉
	麺	埼玉、アメリカ、カナダ		さんま	北海道他		根深ねぎ	千葉、茨城
牛乳	牛乳	埼玉、栃木、北海道など	青果類	じゃがいも	北海道	青果類	白菜	茨城、群馬
	埼玉県の原乳が不足した場合に他県から補填しています。原乳については、各都道府県が検査し安全確認をおこなっています。			きゃべつ	埼玉、愛知、神奈川		ピーマン	茨城
卵	卵	青森	きゅうり	埼玉、茨城、千葉	黄・赤ピーマン	韓国	もやし	千葉、栃木
	肉類	豚肉	青森、秋田	ごぼう	青森、千葉	本シメジ	長野、群馬	パセリ
鶏肉		青森、岩手、宮城、鹿児島、宮崎	大根	神奈川、千葉	玉葱	北海道、佐賀、埼玉		