



4月分予定献立表

(給食回数13回)

久喜市教育委員会
菖蒲学校給食センター

平成29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				小学生	中学生
12日 (水)	ごはん	牛乳	しろみさかなのからあげみかんソース だいずのいそに さわにわん	こめ でんぶん あぶら さとう	牛乳 ほき ぶたにく になると とりくに だいず ひじき さつまあげ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ こんにやく えだまめ みかんジュース	641 26.3	786 31.2
★ 13日 (木)	コッペパン	牛乳	やきフランク・トマトソース きゃべつのサラダ(ドレッシング) コーンチャウダー	パン でんぶん さとう あぶら じゃがいも ドレッシング	牛乳 フランク ベーコン チーズ スキムミルク	きゃべつ にんじん たまねぎ トマト とうもろこし きゅうり ちんげんさい	635 25.2	833 32.1
14日 (金)	ごはん	牛乳	あつやきたまご じゃがいものそぼろに とんじる	こめ じゃがいも あぶら さとう	牛乳 たまご ぶたにく とうふ みそ	ごぼう だいこん にんじん ねぎ こんにやく えだまめ しょうが	621 24.8	760 29.3
17日 (月)	ちゅうかめん	牛乳	みそラーメン ポークシューマイ ごぼうサラダ(ドレッシング)	ちゅうかめん あぶら こむぎこ ごまあぶら ごま ドレッシング(卵含む)	牛乳 ぶたにく みそ	たまねぎ にら にんじん もやし ねぎ とうもろこし ごぼう きゅうり にんにく しょうが きゃべつ	625 25.1	770 31.1
※★ 18日 (火)	せきはん ごましお	牛乳	とりのからあげ ほうれそうのごまドレッシングあえ(ドレッシング) わかめのすましじる おいおいゼリー	こめ もちこめ さきげ ごま でんぶん あぶら ドレッシング ゼリー	牛乳 とりくに かまぼこ とうふ わかめ	しょうが にんにく たけのこ ねぎ ほうれんそう もやし にんじん	685 27.5	842 32.7
◇ 19日 (水)	ごはん	牛乳	さばカレーたつた きゃべつときゅうりのサラダ(ドレッシング) つぼんじる	こめ でんぶん あぶら さといも ドレッシング	牛乳 さば とりにく ちくわ とうふ	にんじん ごぼう だいこん こんにやく きゅうり きゃべつ えだまめ	656 26.2	805 31.1
★ 20日 (木)	はちみつパン	牛乳	ハンバーグトマトソース こふきいも きゃべつとベーコンのスープ(中のみヨーグルト)	パン さとう でんぶん じゃがいも	牛乳 とりくに ぶたにく ベーコン (中 ヨーグルト)	きゃべつ にんじん たまねぎ ちんげんさい パセリ	624 24.2	917 34.2
★ 21日 (金)	むぎごはん	牛乳	ポークカレー いかナゲット こんにやくサラダ(ドレッシング)	こめ むぎ じゃがいも カレーウ あぶら ドレッシング	牛乳 ぶたにく チーズ スキムミルク いかナゲット	にんじん たまねぎ えだまめ トマトこんにやく にんにく きゃべつ きゅうり	742 24.4	930 28.8
24日 (月)	ゆでうどん	牛乳	さんさいうどん ちくわのいそべあげ こまつなのおひたし(しょうゆ・かつおぶし)	うどん あぶら さとう こむぎこ ごま	牛乳 とりにく になると あぶらあげ ちくわ あおのり かつおぶし	しめじ たけのこ えのきたけ ねぎ わらび きりぼしだいこん もやし にんじん こまつな	634 26.9	778 31.6
◆ 25日 (火)	むぎごはん	牛乳	さわらフライ(ソース) はるきゃべつとはるさめのちゅうかソテー かきたまじる	こめ むぎ こむぎこ パンこ あぶら はるさめ でんぶん	牛乳 さわら たまご わかめ とうふ ハム	たけのこ ねぎ きゃべつ にんじん ピーマン	641 24.2	799 28.6
26日 (水)	ごはん	牛乳	レパールのオーロラソース きゃべつとこぶのおひたし(しょうゆ・かつおぶし) たまねぎのみそしる	こめ でんぶん さとう あぶら	牛乳 ぶたレパール あぶらあげ わかめ こんぶ みそ かつおぶし	たまねぎ ねぎ きりぼしだいこん だいこん きゃべつ こまつな にんじん	682 26.1	838 30.9
★ 27日 (木)	ツイストパン	牛乳	チリコンカン スナップえんどうときゃべつのサラダ(ドレッシング) フルーツポンチ	パン あぶら こむぎこ こんにやくゼリー ドレッシング	牛乳 ぶたにく だいず	にんじん たまねぎ にんにく ブロッコリー スナップえんどう きゃべつ とうとう(缶) バイン(缶) りんご(缶)	646 24.7	799 29.9
28日 (金)	むぎごはん	牛乳	さけのしおやき たけのこのきんぴら どさんこじる	こめ むぎ じゃがいも あぶら バター さとう ごま	牛乳 さけ ぶたにく とうふ みそ	たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ つきこんにやく えだまめ たけのこ	648 30.2	808 36.1
月平均栄養摂取量							652 25.8	820 31.3

* 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。
 ◆印は、教科と関連した献立「小1・2 生活科 春がいっぱい」です。
 ◇印は、郷土料理・イベントに関連した献立「熊本県」です。
 ※印は、「入学・進級おめでとう献立」です。
 ★印は、スプーンをつく日ですが、毎日清潔な「箸」を用意しましょう。

4月分 学校給食使用食材の産地(予定)

主食	産地(予定)		卵類	産地(予定)		肉類	産地(予定)		魚類	産地(予定)		青果類	産地(予定)		青果類	産地(予定)					
	米	パン		卵	豚肉		鶏肉	にんじん		玉葱	もやし		白菜	きゃべつ		ちんげん菜	小松菜	長ねぎ	ごぼう	にんにく	じゃがいも
牛乳	埼玉(久喜市産米)	埼玉、アメリカ、カナダ	埼玉、栃木、群馬、秋田	豚肉	栃木、千葉、	にんじん	埼玉・千葉・徳島	玉葱	北海道・佐賀	もやし	栃木	にら	栃木・茨城・群馬	マッシュルーム	千葉	りんご(缶)	青森	りんご(缶)	南アフリカ	バナナ(缶)	タイ
	埼玉(久喜市産米)	埼玉、アメリカ、カナダ	埼玉、栃木、群馬、秋田	鶏肉	北海道	白菜	茨城・兵庫	きゃべつ	埼玉・茨城・神奈川・千葉	ちんげん菜	茨城・群馬	大根	千葉・埼玉・神奈川	万能ねぎ	群馬	スナップえんどう	鹿児島	えのきたけ	埼玉	とうもろこし	タイ
	埼玉(久喜市産米)	埼玉、アメリカ、カナダ	埼玉、栃木、群馬、秋田	ベーコン	千葉・群馬	さくら	韓国	さくら	韓国	鯖	ノルウエー	ほうれん草	埼玉・茨城	パセリ	千葉・茨城	きゅうり	久喜・埼玉・群馬・栃木	ピーマン	茨城	エケアドル	
	埼玉(久喜市産米)	埼玉、アメリカ、カナダ	たけのこ	福島・和歌山・京都	鮭	北海道	さくら	韓国	鯖	ニュージーランド	にんにく	青森	じゃがいも	鹿児島	ほうれん草	埼玉・茨城	パセリ	千葉・茨城	きゅうり	久喜・埼玉・群馬・栃木	
	埼玉(久喜市産米)	埼玉、アメリカ、カナダ	わかめ	韓国	鮭	北海道	さくら	韓国	鯖	ニュージーランド	にんにく	青森	じゃがいも	鹿児島	ほうれん草	埼玉・茨城	パセリ	千葉・茨城	きゅうり	久喜・埼玉・群馬・栃木	
	埼玉(久喜市産米)	埼玉、アメリカ、カナダ	はるさめ	タイ	鮭	北海道	さくら	韓国	鯖	ニュージーランド	にんにく	青森	じゃがいも	鹿児島	ほうれん草	埼玉・茨城	パセリ	千葉・茨城	きゅうり	久喜・埼玉・群馬・栃木	
	埼玉(久喜市産米)	埼玉、アメリカ、カナダ	ひじき	長崎・韓国	鮭	北海道	さくら	韓国	鯖	ニュージーランド	にんにく	青森	じゃがいも	鹿児島	ほうれん草	埼玉・茨城	パセリ	千葉・茨城	きゅうり	久喜・埼玉・群馬・栃木	
	埼玉(久喜市産米)	埼玉、アメリカ、カナダ	切干大根	宮崎	鮭	北海道	さくら	韓国	鯖	ニュージーランド	にんにく	青森	じゃがいも	鹿児島	ほうれん草	埼玉・茨城	パセリ	千葉・茨城	きゅうり	久喜・埼玉・群馬・栃木	
	埼玉(久喜市産米)	埼玉、アメリカ、カナダ	こんぶ	北海道	鮭	北海道	さくら	韓国	鯖	ニュージーランド	にんにく	青森	じゃがいも	鹿児島	ほうれん草	埼玉・茨城	パセリ	千葉・茨城	きゅうり	久喜・埼玉・群馬・栃木	
	埼玉(久喜市産米)	埼玉、アメリカ、カナダ	ほししいたけ	九州、四国、愛知、長野	鮭	北海道	さくら	韓国	鯖	ニュージーランド	にんにく	青森	じゃがいも	鹿児島	ほうれん草	埼玉・茨城	パセリ	千葉・茨城	きゅうり	久喜・埼玉・群馬・栃木	
	埼玉(久喜市産米)	埼玉、アメリカ、カナダ	あおのり	愛知	鮭	北海道	さくら	韓国	鯖	ニュージーランド	にんにく	青森	じゃがいも	鹿児島	ほうれん草	埼玉・茨城	パセリ	千葉・茨城	きゅうり	久喜・埼玉・群馬・栃木	
	埼玉(久喜市産米)	埼玉、アメリカ、カナダ	大豆	北海道	鮭	北海道	さくら	韓国	鯖	ニュージーランド	にんにく	青森	じゃがいも	鹿児島	ほうれん草	埼玉・茨城	パセリ	千葉・茨城	きゅうり	久喜・埼玉・群馬・栃木	