

# 平成30年度 4月の学校給食予定献立表

大和町学校給食センター

日	曜	給食のない学校 学年 など	スプーン	献立名	赤の食べ物		緑の食べ物		黄の食べ物		栄養価・小		栄養価・中	
					血や筋肉や骨になる (たんぱく質・カルシウム)		体の調子を整える (ビタミン・ミネラル)		熱や力になる (炭水化物・脂質)		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
9	月													
<b>始業式</b>														
10	火	吉岡小1年 小野小1年 吉田小1年		ごはん 鶏肉のレモン風味 ごぼうサラダ えのきだけのみそ汁 さくらゼリー	牛乳、鶏肉、ハム、煮干し、みそ、豆腐、油揚げ		レモン、ごぼう、きゅうり、えのきだけ	ごはん、でんぷん、米ぬか油、三温糖、こま、マヨネーズ、ゼリー			684	862	30.0	36.3
11	水	吉岡小1年 吉田小1年	◎	ココアパン オムレツ(ケチャップ) ウインナーと枝豆のソテー ABCコンソメスープ	牛乳、鶏卵、ウインナー、ベーコン		とうもろこし、えだまめ、にんじん、玉ねぎ、セロリ、キャベツ	ココアパン、サラダ油、バター、じゃがいも、マカロニ			722	920	27.0	33.0
12	木	吉田小 鶴巣小 落合小		ごはん キャベツメンチカツ(ソース) 切干大根の炒り煮 みそけんちん汁	牛乳、油揚げ、かつお節、豆腐、みそ、豚肉、鶏肉		にんじん、しいたけ、切り干し大根、グリーンピース、ごぼう、だいこん、ねぎ、キャベツ	ごはん、米ぬか油、サラダ油、三温糖			667	864	22.1	27.1
13	金		◎	ポークカレー(ごはん) フルーツポンチ 福神漬	牛乳(豚肉)		にんにく、玉ねぎ、にんじん、りんご、グリーンピース、みかん、りんご、もも、レモン、福神漬	ごはん、サラダ油、じゃがいも、ゼリー、上白糖			687	882	18.6	22.7
16	月	宮床中		ごはん さばのみそ煮 ひじきの炒り煮 かきたま汁	牛乳、さば、みそ、鶏肉(大豆)、油揚げ、かつお節、なると、豆腐、鶏卵		にんじん、えだまめ、玉ねぎ、しいたけ、みつば	ごはん、サラダ油、三温糖、でんぷん			645	841	27.8	35.3
17	火		◎	キャロットピラフ ハンバーグケチャップソース お祝いメニュー 海藻サラダ(青しそドレッシング) 野菜スープ お祝いデザート	牛乳、鶏肉、豚肉、いか、ベーコン、わかめ		きゅうり、もやし、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、とうもろこし	ごはん、三温糖、クレープ、ドレッシング			698	878	26.2	32.0
18	水		◎	食パン りんごジャム クリームコロッケ(ソース) キャベツと豆のサラダ(コンドレッシング) ミネストローネ	牛乳、ひよこまめ、ハム、ベーコン、かに		キャベツ、にんじん、玉ねぎ、セロリ、トマト	食パン、米ぬか油、ドレッシング、じゃがいも、ジャム			730	870	21.5	25.7
19	木	宮床中3年		ごはん 菜の花ふりかけ 厚焼卵 舞茸のオイスターソース炒め ひきな汁	牛乳、鶏卵(豚肉)、鶏肉、凍り豆腐、油揚げ		にんにく、赤ピーマン、だけのこま、しいたけ、えだまめ、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、菜の花	ごはん、サラダ油、三温糖、でんぷん、こま			577	718	24.3	28.7
20	金	宮床中3年 大和中		ごはん ピザ春巻き 肉じゃが もやしのみそ汁	牛乳(豚肉)、煮干し、みそ、油揚げ、わかめ、チーズ		にんじん、玉ねぎ、だけのこ、さやいんげん、もやし、ねぎ、トマト、ピーマン	ごはん、米ぬか油、サラダ油、じゃがいも、三温糖			608	770	21.0	25.4
23	月	吉岡小 小野小 吉田小 鶴巣小 落合小 宮床中	◎	マーボー豆腐丼(ごはん) 春雨サラダ オレシ	牛乳、ハム(豚肉)、みそ、豆腐		きゅうり、しょうが、にんにく、ねぎ、にんじん、しいたけ、だけのこ、にら、オレシ	ごはん、はるさめ、こま、ごま油、三温糖、サラダ油、でんぷん			623	798	24.8	30.5
24	火	鶴巣小 大和中		わかめごはん さわらの西京焼き かぼちゃの甘煮 豚汁	牛乳、さわか(豚肉)、みそ、豆腐、わかめ		かぼちゃ、にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ	ごはん、中ざら糖、バター、サラダ油、さごいも			649	784	28.3	33.9
25	水	大和中2年、3年	◎	バターロールパン カレーロールフライ ブロッコリーサラダ(ごまドレッシング) コーンポタージュ	牛乳、ハム、ひよこまめ、生クリーム		ブロッコリー、きゅうり、玉ねぎ、とうもろこし、パセリ、にんじん	バターロールパン、米ぬか油、バター、じゃがいも、ドレッシング			753	935	23.6	28.3
26	木	鶴巣小 大和中3年	◎	鶏そぼろ丼(ごはん) わかめスープ アーモンド小魚	牛乳、鶏肉、鶏卵、なると、豆腐、わかめ、いわし		しょうが、ほうれんそう、もやし、ねぎ	ごはん、三温糖、ごま、ごま油、アーモンド			661	837	30.0	36.4
27	金	宮床小 鶴巣小		ごはん 鮭の塩焼き 五目きんぴら じゃがもち汁	牛乳、さけ(豚肉)、かつお節、鶏肉		ごぼう、にんじん、れんこん、さやえんどう、だいこん、まいたけ、ねぎ	ごはん、サラダ油、三温糖、ごま油、こま、じゃがもち			562	718	25.5	30.9
											1.8	2.1		

- \* 牛乳 は毎日つきます。
- \* [ ] は町内産や県内産の食材です。感謝して残さず食べましょう。
- \* 都合により献立を変更する場合があります。
- \* スプーンの欄に◎がついている日は、給食センターよりスプーンがつかます。

## 小学校1年生の簡易給食

新1年生のみなさん、入学おめでとうございます。  
4月10日~12日までは、給食に慣れてもらうための簡易給食になります。

10日(火)

クロワッサン  
鶏肉のレモン風味  
さくらゼリー  
牛乳

11日(水)

ココアパン  
オムレツ(ケチャップ)  
ヨーグルト  
牛乳

12日(木)

ミルクパン  
キャベツメンチカツ(ソース)  
お米のムース  
牛乳

## たいわの食育かるたメニュー(19日)



## 今月の地場産品

- ☆町内産  
米、舞茸、トマト
- ☆県内産  
豚肉、大豆

平均(基準)	小学校	中学校
エネルギー (Kcal)	662(638)	834(820)
たんぱく質 (g)	25.1(23.9)	30.4(30.0)
脂 質 (g)	22.0(17.7)	26.0(22.8)
塩 分 (g)	2.7(2.3)	3.4(3.0)

入学・進級おめでとうございます。  
大和町学校給食センターでは、本年度も以下の取り組みを進めていきます。

- 毎月6日は「かむかむデー」  
しっかりかんで食べることは、体によいことがたくさんあります。そこで、かむ(6)から6日にかみこたえのある食材をとりいれます。今月は10日です。
- 毎月19日は「たいわの食育かるたメニュー」  
毎月19日の食育の日にあわせて、食育かるたを参考にしたメニューを提供します。
- 放射性物質測定  
毎週木曜日に学校給食の放射性物質測定を行います。

☆はしは、きれいに洗って、毎日もってきましょう☆