

令和2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			
					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)	小 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)	中 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)		
8	水			始業式							
9	木	吉岡小1年 小野小1年 吉田小1年 大和中 宮床中		ごはん ハンバーグきのこソース 野菜のごま酢和え じゃがいものみそ汁	牛乳,豚肉,鶏肉,油揚げ,煮干し, みそ,わかめ	しめじ,生しいたけ,きゅうり,にんじん, もやし,ねぎ,玉ねぎ	ごはん,バター,三温糖,じゃがいも パン粉	626			
10	金	吉岡小1年 吉田小1年		ごはん ハムチーズフライ(パックソース) ごぼうサラダ 春雨スープ 桜のゼリー	牛乳,ハム,チーズ,豚肉,なると	ごぼう,にんじん,生しいたけ,キャベツ, ねぎ,チンゲンツアイ,しょうが	ごはん,米ぬか油,ごま,サラダ油 エッグフリーマヨネーズ,ごま油 春雨,パン粉,小麦粉,ゼリー	712	923		
13	月	吉田小1年		ごはん かむふりかけ 鶏肉のレモン風味 すぎ昆布の煮物 根菜のみそ汁	牛乳,鶏肉,昆布,さつま揚げ 煮干し,みそ	レモン果汁,にんじん,だいずもやし だいこん,ごぼう,れんこん,ねぎ	ごはん,でんぷん,米ぬか油,三温糖 サラダ油,さといも,ふりかけ	619	784		
14	火	吉岡小 吉田小 鶴巣小	◎	ポークカレー(麦ごはん) フルーツポンチ 福神漬け	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,もも レモン,福神漬	ごはん,おろし,サラダ油 じゃがいも,カレールウ ゼリー,上白糖	709	913		
15	水		◎	米粉パン かぼちゃコロッケ スパゲティナポリタン レンズ豆のスープ ぶどうゼリー	牛乳,ハム,ウインナー レンズ豆	かぼちゃ,にんにく,にんじん,玉ねぎ, マッシュルーム,トマト,ピーマン, キャベツ	米粉パン,米ぬか油,オリーブ油 スパゲティ,じゃがいも,パン粉 小麦粉,ゼリー	676	857		
16	木			ごはん さばのみそ煮 ひじきの炒り煮 豚汁 ひなあられ	牛乳,さば,みそ,鶏肉,大豆 油揚げ,豚肉,みそ,豆腐	にんじん,えだまめ,だいこん,ごぼう ねぎ	ごはん,サラダ油,三温糖,さといも ひなあられ	703	905		
17	金			ちらし寿司 手巻きのり アサヒナサブロー卵焼き 菜の花のおかか和え 大和町産舞茸のすまし汁 チョココレーブ	牛乳,鶏卵,かつお節,なると ささかまぼこのり	菜の花,にんじん,はくさい,まいたけ ねぎ,たけのこ,れんこん,かんぴょう 干しいただけ	ごはん,砂糖,はるさめ,クレーブ	666	800		
20	月	吉岡小・宮床小 小野小・落合小 鶴巣小 大和中	◎	マーボー豆腐丼(麦ごはん) 小松菜のナムル(ナムルドレッシング) 美生柑(みしょうかん) 角チーズ	牛乳,豚肉,みそ,豆腐,チーズ	しょうが,にんにく,ねぎ,にんじん 干しいただけ,たけのこ,こまつな もやし,美生柑	ごはん,おろし,サラダ油,三温糖 でんぷん,ごま油 ナムルドレッシング	686	863		
21	火			ごはん さわらの西京焼き 大和町産舞茸のオイスターソース炒め ひきな汁	牛乳,さわら,みそ,豚肉,鶏肉 凍り豆腐,油揚げ	にんにく,赤パプリカ,たけのこ まいたけ,えだまめ,だいこん にんじん,ごぼう,ねぎ	ごはん,サラダ油,三温糖,でんぷん 砂糖	575	733		
22	水	吉田小	◎	ココアパン オムレツ(パックケチャップ) アスパラガスのサラダ(ごまドレッシング) 大和町産トマトのミネストローネ	牛乳,鶏卵,ハム,ベーコン	アスパラガス,きゅうり,とうもろこし, にんじん,玉ねぎ,セロリ,トマト	ココアパン,じゃがいも ごまドレッシング	682	861		
23	木			ごはん きんぴら肉団子(小2個,中3個) 春雨サラダ ワントンスープ	牛乳,鶏肉,ハム,豚肉	もやし,きゅうり,にんじん 干しいただけ,はくさい,ねぎ ごぼう,玉ねぎ	ごはん,はるさめ,ごま,ごま油 サラダ油,ワントン,パン粉 小麦粉	610	802		
24	金	宮床中		ごはん アジフライ(パックソース) 豚肉とごぼうのしぐれ煮 もやしのみそ汁	牛乳,あじ,豚肉,煮干し,みそ 豆腐,油揚げ,わかめ	しょうが,ごぼう,さやいんげん,もやし, にんじん,ねぎ	ごはん,米ぬか油,サラダ油,三温糖 パン粉,小麦粉	629	803		
27	月	吉田小 鶴巣小		ごはん 鶏肉のアップルシンジャソース 切干大根の炒り煮 じゃがもち汁	牛乳,鶏肉,油揚げ,かつお節	しょうが,にんにく,りんご,ねぎ にんじん,干しいただけ 切り干し大根,グリーンピース ごぼう,だいこん,まいたけ	ごはん,オリーブ油,三温糖,サラダ油, じゃがもち	601	762		
28	火	鶴巣小	◎	油麩(麦ごはん) 海藻サラダ(和風ドレッシング) チーズデザート	牛乳,鶏肉,鶏卵,いか,チーズ	玉ねぎ,生しいたけ,みつば,しょうが, きゅうり,もやし,りんご	ごはん,おろし,あぶら,三温糖	663	833		
29	水			昭和の日							
30	木			給食センターの工事のため給食はありません							

* 太字 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。

平均(基準)	小学校	中学校
エネルギー (Kcal)	654(651)	834(830)
たんぱく質 (g)	24.9(21.2)	30.4(27.0)
脂質 (g)	20.1(14.5)	23.9(18.4)
塩分 (g)	2.6(2.2)	3.3(2.5)

☆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9日～13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。

1年生 特別献立

 **はしはきれいに洗って毎日もってきましょう!**

日	曜	簡易給食の学校	簡易給食 献立名	赤の食べ物	緑の食べ物	黄の食べ物
9	木	宮床小1年 鶴巣小1年 落合小1年	ミルクパン ハンバーグきのこソース プリン 牛乳	牛乳,豚肉,鶏肉	しめじ,生しいたけ	ミルクパン,三温糖 プリン
10	金	宮床小1年 小野小1年 鶴巣小1年 落合小1年	パンキンパン ハムチーズフライ(パックソース) 桜のゼリー 牛乳	牛乳,ハム,チーズ		パンキンパン,米ぬか油 パン粉,小麦粉,ゼリー
13	月	吉岡小1年 宮床小1年 小野小1年 鶴巣小1年 落合小1年	クロワッサン 鶏肉のレモン風味 ヨーグルト 牛乳	牛乳,鶏肉,ヨーグルト	レモン	クロワッサン,でんぷん 米ぬか油,三温糖

 **今月の地場産品**

☆町内産
米,トマト,椎茸
舞茸

☆県内産
大麦,豚肉,大豆
のり,笹かまぼこ
なると,さつま揚げ
油麩

たいわの食育かるたメニュー(21日)



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日にかみごたえのある食材をとりいれます。今月は13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。今月は21日です。