



令和3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) 脂質(g) 塩分(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)		
8	木			小学校:始業式・入学式, 中学校:始業式							
9	金	吉岡小1年 小野小1年, もみじ1年 吉田小1年 大和中, 宮床中		ごはん 甘酢肉団子(小:2個, 中:3個) ほうれん草のごま和え ひだまりすいとん汁	牛乳 鶏肉 豚肉 油揚げ かつお節	にんじん ほうれんそう ごぼう だいこん たまねぎ 根深ねぎ もやし 乾しいたけ まいたけ	ごはん ごま油 小麦粉 パン粉 でん粉 砂糖 三温糖 ごま	617 24.3 17.2 2.4			
12	月	吉岡小1年 吉田小1年		ごはん 鶏肉の香味焼き 海藻サラダ(青じそドレッシング) 春の根菜汁 アセロラゼリー	牛乳 かたくちいわし 鶏肉 わかめ くきわかめ 昆布 赤とさか ぶのり ほたて 油揚げ みそ かつお節	うめ しそ にんじん かぶ きゅうり ごぼう しょうが たまねぎ とうもろこし にんにく もやし アセロラ りんご レモン	ごはん 三温糖 じゃがいも ごま油 ごま ドレッシング ゼリー	614 27.0 15.7 2.5	770 32.6 17.8 4.0		
13	火	吉岡小1年 吉田小1年	◎	ポークカレー(麦ごはん) ブロッコリーのサラダ(ごまクリームドレッシング) ヨーグルト	牛乳 豚肉 ハム ヨーグルト	グリーンピース にんじん ブロッコリー カリフラワー たまねぎ にんにく パインアップル マンゴー パナナ ブルーベリー	ごはん 大麦 じゃがいも サラダ油 砂糖 ごま カレールウ ドレッシング	735 25.2 21.3 2.7	930 30.2 25.1 3.3		
14	水		◎	バターロールパン 里芋コロッケ(パックソース) ペンネミートソース 野菜スープ	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 豚肉 大豆 ベーコン	トマト にんじん パセリ しょうが キャベツ たまねぎ とうもろこし にんにく マッシュルーム	パン 米ぬか油 さといも 砂糖 パン粉 小麦粉 でん粉 マカロニ オリーブ油 サラダ油 バター	677 26.1 26.4 3.1	838 31.3 32.3 4.0		
15	木			ごはん さばのみそ煮 野菜のごま酢和え 豚汁	牛乳 さば みそ 油揚げ 豚肉 豆腐	にんじん きゅうり ごぼう だいこん 根深ねぎ もやし	ごはん さといも ごま ごま油 でん粉 砂糖 三温糖 サラダ油	677 29.1 23.2 2.6	883 37.1 28.8 3.3		
16	金			五目ごはん だし巻き卵 トッポキ入りキムチスープ お祝いデザート	牛乳 豚肉 鶏肉 昆布 鶏卵 かつお節 油揚げ かたくちいわし みそ 豆腐	にら にんじん ごぼう しょうが だいこん たけのこ にんにく 根深ねぎ はくさい もやし 乾しいたけ しいたけ いちご	ごはん 米粉 でん粉 砂糖 サラダ油 水あめ	678 24.0 22.3 3.2	841 28.9 25.1 4.3		
19	月	鶴巣小 大和中	◎	マーボー豆腐丼(麦ごはん) 春雨サラダ 美生柑	牛乳 豚肉 みそ ハム 豆腐	にんじん きゅうり しょうが たけのこ にんにく 根深ねぎ みしょうかん	ごはん 大麦 はるさめ サラダ油 三温糖 ごま でん粉 ごま油	685 26.6 20.9 2.9	875 32.6 24.8 3.7		
20	火			ごはん 笹かまぼこの磯辺揚げ 室わかめの五目炒め 大和町産まいたけのすまし汁	牛乳 豚肉 豆腐 なると ささかまぼこ あおのり くきわかめ 油揚げ ちくわ かつお節 わかめ	さやえんどう にんじん まいたけ	ごはん 米ぬか油 てんぷら粉 サラダ油 はるさめ 三温糖	578 23.9 15.8 2.3	730 28.1 18.4 2.7		
21	水		◎	米粉パン オムレツのデミグラスソース わかめとコーンのサラダ(和風ドレッシング) ABCコンソメスープ 角チーズ	牛乳 わかめ 脱脂粉乳 鶏卵 かつお節 ベーコン チーズ	赤ピーマン こまつな にんじん きゅうり しょうが セロリー たまねぎ とうもろこし にんにく 乾しいたけ ブルーベリー りんご	パン 米粉 大豆油 じゃがいも 砂糖 サラダ油 でん粉 三温糖 マカロニ ドレッシング	640 25.4 24.9 3.2	792 31.0 29.3 4.1		
22	木			ごはん ハンバーグ照り焼きソース カラフルポテト もずくスープ	牛乳 豚肉 鶏肉 ベーコン もずく 魚肉 鶏卵 かつお節	えだまめ にんじん たまねぎ とうもろこし 根深ねぎ えのきたけ まいたけ マッシュルーム	ごはん じゃがいも でん粉 バター 三温糖 砂糖 サラダ油	644 24.6 20.4 2.2	830 30.4 24.3 2.9		
23	金			ごはん 鮭メンチカツ(パックソース) 筑前煮 みそ汁	牛乳 鶏肉 鮭 たらすり身 生揚げ かたくちいわし 油揚げ 豆腐 みそ	こまつな さやえんどう にんじん ごぼう たまねぎ 根深ねぎ れんこん 乾しいたけ	ごはん 米ぬか油 パン粉 でん粉 小麦粉 サラダ油 砂糖 三温糖	614 24.0 19.1 2.3	779 29.3 22.4 2.8		
26	月	宮床小		ごはん ほっけの塩焼き ひじきの炒り煮 みそワタンスープ	牛乳 ほっけ 豚肉 ひじき 大豆 みそ 油揚げ	えだまめ しょうが にんじん にんにく 根深ねぎ もやし しいたけ	ごはん サラダ油 三温糖 砂糖 ごま油 ワタナン	615 28.5 17.3 3.0	786 35.5 20.2 3.7		
27	火	大和中1年		油麩丼(麦ごはん) 小松菜のナムル ブルーベリータルト	牛乳 鶏肉 鶏卵 昆布 豆腐 チーズ	こまつな にんじん みつば しょうが たまねぎ にんにく もやし しいたけ ブルーベリー	ごはん 大麦 米粉 砂糖 あぶら麩 三温糖 ごま でん粉 水あめ サラダ油 ドレッシング	662 23.4 19.1 2.4	824 28.2 21.4 3.3		
28	水		◎	食パン いちごジャム カレーポテト アスパラガスのサラダ(イタリアンドレッシング) コーンポタージュ	牛乳 脱脂粉乳 調整粉乳 鶏肉 ハム ベーコン 大豆 鶏卵 クリーム ベーコン	赤ピーマン アスパラガス にんじん パセリ きゅうり たまねぎ とうもろこし しいたけ いちご	パン 砂糖 じゃがいも パン粉 サラダ油 でん粉 バター オリーブ油 ドレッシング ロード ジャム	701 23.9 23.2 3.1	850 28.6 26.9 3.8		
29	木			昭和の日							
30	金	吉田小 落合小 宮床中	◎	豚肉のハヤシライス(麦ごはん) フルーツのヨーグルト和え アーモンド小魚	牛乳 豚肉 ヨーグルト クリーム かたくちいわし	トマト にんじん たまねぎ マッシュルーム パインアップル みかん もも	ごはん 大麦 じゃがいも サラダ油 砂糖 水あめ ハヤシルウ アーモンド ごま でん粉	776 26.6 24.0 2.5	975 31.8 27.8 3.2		

* **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)	661(656)	836(830)
たんぱく質 (g)	25.5(24.0)	31.2(31.0)
脂質 (g)	20.8(18.5)	24.6(23.0)
塩分 (g)	2.7(2.0)	3.4(2.5)

はしはきれいに洗って毎日もってきましょう

♪ 小学1年生簡易給食 ♪ 4月9日, 12日, 13日の3日間実施します。

1年生 特別献立

日	曜	献立名	スプーン	簡易給食の学校
9	金	クロワッサン 甘酢肉団子(2個) プリン 牛乳		宮床小学校 1年 鶴巣小学校 1年 落合小学校 1年
12	月	ココアパン 鶏肉の香味焼き アセロラゼリー 牛乳		宮床小学校 1年 鶴巣小学校 1年 落合小学校 1年 小野小学校 1年
13	火	麦ごはん ポークカレー ヨーグルト 牛乳	◎	宮床小学校 1年 鶴巣小学校 1年 落合小学校 1年 小野小学校 1年

1ねんせいのみなさん、
おいしいきゅうしょくが
はじまりますよ。



今月の地場産品

- ☆町内産
米, しいたけ, まいたけ
- ☆県内産
大麦, 豚肉, 笹かまぼこ, なると,
大豆, 油麩, きゅうり, わかめ, くきわかめ,
昆布

たいわの食育かるたメニュー(20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」
 しっかりとんで食べることは、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12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20日です。