



令和5年度 4月献立表



邑楽町立学校給食センター

日	曜	献立名	体をつくる		体の調子を整える		エネルギーになる		Kcal	たんぱく質 g	脂質 g	
			1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂				
10	月	ご飯	ぶた肉のしょうが焼き	ぶた肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ しょうが	ご飯	油	624	26.6	20.5
		牛乳	キムチ和え じゃがいもとわかめのみそ汁	豆腐 みそ 油揚げ	わかめ	ピーマン	にんにく キャベツ きゅうり もやし	砂糖 じゃがいも		759	32.5	24.4
11	火	はちみつパン	チキンのオープン焼き	とり肉 大豆	牛乳	ブロッコリー	カリフラワー コーン	パン パン粉	ドレッシング 油	633	33.1	24.1
		牛乳	花野菜サラダ ミネストローネ	ツナ ぶた肉 ベーコン	チーズ	にんじん パセリ トマト	玉ねぎ にんにく	じゃがいも マカロニ		795	41.7	29.6
12	水	ご飯	シルバーの照り焼き	シルバー	牛乳	小松菜	大根 しらたき	ご飯	ごま油 ごま	610	29.6	20.7
		牛乳	大根としらたきのピリ辛炒め えのきたけのスープ	ぶた肉 みそ 卵	わかめ	にんじん	にんにく しょうが えのきたけ しめじ ねぎ	砂糖 片栗粉		767	35.9	24.0
13	木	ご飯	ポークカレー	ぶた肉	牛乳	にんじん	にんにくしょうが 玉ねぎ	ご飯	油 ドレッシング	658	20.2	20.4
		牛乳	コーンサラダ オレンジ	チーズ	チーズ	小松菜	プルーン りんご キャベツ きゅうり コーン オレンジ	じゃがいも		795	23.6	24.1
14	金	パーカーハウス	ソースメンチかつ	ツナ	牛乳	小松菜	キャベツ	パン もち麦	油	613	22.8	26.0
		牛乳	小松菜サラダ もち麦入り野菜スープ	ウインナー ぶた肉	ウインナー	にんじん ほうれん草	玉ねぎ コーン	砂糖 小麦粉 パン粉 じゃがいも		758	27.1	31.3
17	月	ご飯	ハンバーグ大根おろしソース	とり肉 ぶた肉	牛乳	ブロッコリー	大根 しょうが にんにく	ご飯	ごま マヨネーズ	704	26.4	23.3
		お祝いゼリー	ブロッコリーのごまマヨ和え	豆腐 みそ	にんじん	にんじん	こんにゃく ねぎ 玉ねぎ ごぼう しいたけ	砂糖 ゼリー じゃがいも		780	29.4	20.7
18	火	ミルクパン	大豆とペンのミートソース煮	大豆	牛乳	にんじん	玉ねぎ にんにく	パン	油 ドレッシング	671	28.1	24.7
		牛乳	チーズサラダ パインスライス	ぶた肉	チーズ	ピーマン	キャベツ きゅうり パイナップル	砂糖 ペンネ		862	34.6	29.7
19	水	ご飯	マーボー豆腐	豆腐 たら	牛乳	にんじん	玉ねぎ ねぎ たけのこ	ご飯	ごま油 ドレッシング	640	22.9	19.4
		牛乳	にんじん入りしゅうまい(2. 2. 3) 大根サラダ	ぶた肉 みそ	のり	にら	にんにく しょうが 大根 きゅうり もやし	小麦粉 砂糖 片栗粉		794	28.0	23.3
20	木	ご飯	白身魚の薬味ソースかけ	ホキ 大豆	牛乳	にんじん	ねぎ しょうが	ご飯	油 ごま油	640	28.8	19.4
		牛乳	大豆の五目煮 小松菜のみそ汁	とり肉 さつ揚げ 厚揚げ みそ	ほうれん草	ほうれん草	こんにゃく 玉ねぎ もやし しいたけ	片栗粉 砂糖 じゃがいも		757	32.9	22.1
21	金	背割りコッペパン	ウインナーケチャップソースかけ	ウインナー	牛乳	にんじん	ごぼう きゅうり	パン	ごま マヨネーズ	631	27.3	28.4
		牛乳	ごぼうサラダ 春野菜のポトフ	とり肉 ベーコン	さやえんどう	にんじん	大根 コーン にんにく 玉ねぎ キャベツ	じゃがいも 砂糖 片栗粉		789	33.5	34.8
24	月	わかめご飯	きんぴら入り玉子焼き	卵	牛乳	にんじん	ごぼう キャベツ	ご飯	ごま	618	24.7	15.9
		ヨーグルト	ほうれん草のごま和え	豆腐 みそ	わかめ	ほうれん草	もやし えのきたけ 玉ねぎ	砂糖 じゃがいも		764	29.3	18.2
25	火	パンプキンパン	とり肉のピザ焼き	とり肉	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり	パン	ドレッシング 油	657	32.2	29.5
		牛乳	コールスローサラダ ABC スープ	ベーコン うずら卵	チーズ	ほうれん草	コーン 玉ねぎ	マカロニ じゃがいも		800	38.1	34.9
26	水	ご飯	あじフライ	あじ ちくわ	牛乳	にんじん	ねぎ こんにゃく	ご飯	砂糖 小麦粉 パン粉	656	27.2	19.0
		牛乳	こんにゃくのピリ辛炒め なめこ汁	ぶた肉 豆腐 みそ	ほうれん草	ほうれん草	なめこ 大根	じゃがいも ごま		787	32.3	22.1
27	木	ご飯	回鍋肉	ぶた肉 とり肉	牛乳	にんじん	キャベツ 玉ねぎ	ご飯	ごま油 ごま	616	23.7	19.2
		牛乳	にらまんじゅう(1. 2. 2) 春雨スープ	みそ 豆腐 かまぼこ	わかめ	ピーマン にら	にんにく しょうが ねぎ えのきたけ	春雨 砂糖 小麦粉 片栗粉		778	29.5	22.8
28	金	黒コッペパン	アンサンブルエッグ	卵 ベーコン	牛乳 生クリーム	にんじん	コーン 玉ねぎ	パン	油 ドレッシング	617	26.0	24.9
		牛乳	海そうサラダ 野菜のポターージュ	とり肉 ツナ	わかめ 茎わかめ かえり チーズ	パセリ ブロッコリー	しめじ キャベツ	じゃがいも 砂糖		770	31.7	29.8

上段：小学校
下段：中学校

※お米はすべて邑楽町産を使用しています。
※都合により献立および食材料を変更する場合がありますのでご了承ください。※太字は邑楽町産のものを使用予定です。

にゅう がく こしん きゅう ご入学・ご進級おめでとうございます

いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。学校給食は、栄養バランスのとれた食事子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、食事の重要性や感謝の心、食事のマナー、食文化に関わることを学ぶ教材となるものです。地域の新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めてまいります。



保護者の方へ

給食費の口座振替のお知らせ

口座振替日は、4月を除く毎月15日になります。
(15日が休日の場合は、翌営業日となります。)よろしくお願ひします。

