



4月学校給食献立予定表

2022年11月3日で川島町は50周年を迎えます。



今月の目標
きょうりょくをしてしよくじのじゅんぴとあとかたづけをしよう

かわしままちがっこうきょうりょく
川島町学校給食センター

令和4年度

日	曜	こんだてめい			おもなしよくひんめい			えいようりょう			
		しよくのみもの	おかず	からだをつくるもの	ねつやちからになるもの	からだのちようしをととのえるもの	エネルギー kcal	たんぱく質 g			
12	火	ごはん 牛乳	みそしる ぶたにくのマヨネーズいため キャベツのおかかあえ おいわいいちごゼリー	ぎゅうにゅう わかめ とうふ みそ ぶたにく	ごはん ジャがいも あぶら マヨネーズ(イッガリ) さとう いちごゼリー	たまねぎ にんじん キャベツ	小学生 677 中学生 832	小学生 25.2 中学生 30.7			
13	水	ごはん 牛乳	はるさめスープ はるまき ホイコーロー	ぎゅうにゅう とりにく はるまき ぶたにく あつあげ みそ	ごはん あぶら でんぷん はるさめ さとう ごまあぶら	たまねぎ にんじん もやし チンゲンサイ ねぎ にんにく たけのこ ほししいたけ キャベツ	650 819	21.7 26.9			
14	木	ごはん 牛乳	ABCスープ ハンバーグのオニオンソースかけ ごぼうサラダ	ぎゅうにゅう ハンバーグ フランクフルト みそ	ごはん あぶら マカロニ あぶら さとう さんおんとう でんぷん ごま ごまあぶら	たまねぎ にんじん キャベツ こまつな にんにく ごぼう きゅうり コーン	695 875	24.4 29.7			
15	金	ごはん 牛乳	とうふのちゅうかに きひなごフライ(小②中③)・ソース きりほしだいこんのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく なると とうふ きひなごフライ	ごはん ごまあぶら さとう でんぷん あぶら ラーゆ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ きりほしだいこん だいずもやし こまつな	658 825	26.2 32.7			
18	月	ごはん 牛乳	わかたけじる とりにくのみそづけやき にくやさしいため さくらゼリー	ぎゅうにゅう とうふ わかめ とりにく みそ ぶたにく	ごはん あぶら ごまあぶら さとう さくらゼリー	にんじん たけのこ ねぎ にんにく たまねぎ しょうが キャベツ もやし いら	636 778	30.1 36.5			
19	火	ホットちゅうかめん 牛乳	みそラーメン(しる) いかにあますあんかけ きゅうりともやしのちゅうかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ いか	ホットちゅうかめん あぶら くらざとう でんぷん さんおんとう さとう ごまあぶら ごま	にんにく しょうが にんじん コーン キャベツ ねぎ きゅうり もやし	669 827	30.9 37.7			
20	水	ごはん 牛乳	けんちんじる さばのソースやき こんにゃくのごまあえ	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ さば	ごはん あぶら ジャがいも さとう ごま	ごぼう にんじん ねぎ しょうが キャベツ こんにゃく	663 818	24.1 29.0			
21	木	こどもパン 牛乳	こめこのクリームスープ フランクフルトとコーンのソテー さくさくサラダ ひとくちチーズ(中のみ)	ぎゅうにゅう ベーコン チーズ スキムミルク なまクリーム フランクフルト	こどもパン バター こめこ あぶら さとう ごま	たまねぎ キャベツ コーン えだまめ きゅうり れんこん にんじん	650 869	25.4 34.6			
22	金	ごはん 牛乳 (中250cc)	てづくりチキンカレー とうふナゲット(小①中②) いんげんのサラダ	ぎゅうにゅう とりにく チーズ ヨーグルト とうふナゲット	ごはん あぶら ジャがいも こむぎこ パター くらざとう ココア さとう ごまあぶら	にんにく しょうが たまねぎ にんじん オニオンソテー トマトかん すりおろしりんご さやいんげん キャベツ	654 867	24.1 31.6			
25	月	ごはん 牛乳	ちゅうかふうわかめスープ しゅうまい(小②中③) ピピンパンドンのぐ	ぎゅうにゅう とうふ わかめ しゅうまい ぶたにく	ごはん ごま ごまあぶら さとう	にんじん たまねぎ コーン しょうが にんにく だいずもやし こまつな	607 771	25.2 31.4			
26	火	じごなうどん 牛乳	きつねうどん(しる) にくたんだのみそだれ(小②中③) キャベツのおひたし	ぎゅうにゅう ぶたにく こんぶ あぶらあげ にくたんだ みそ	じごなうどん あぶら さとう でんぷん	だいこん ほししいたけ ねぎ こまつな キャベツ にんじん きゅうり	663 836	27.5 34.8			
27	水	ごはん 牛乳	ジャがいものなんばんに とりにくのしおからあげ もやしのさっぱりあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	ごはん あぶら ジャがいも さとう ごまあぶら でんぷん ごま	ごぼう にんじん こんにゃく えだまめ にんにく もやし きゅうり	663 821	27.1 32.8			
28	木	ツイストパン 牛乳	やさいとまめのスープ インディアンスパゲティ フルーツあんぱん	ぎゅうにゅう とりにく ミックスビーンズ ぶたにく	ツイストパン あぶら さとう スパゲティ とうにゅうあんにんどうふ	にんじん たまねぎ キャベツ セロリー トマトかん にんにく しめじ みかんかん りんごかん	683 870	25.0 31.4			
13回	※材料などの都合で献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。 ※毎月19日は食育の日です。家庭でも「食」について話してみませんか?						※本学の食品は、川島町産の食材を使っています。		今月の平均栄養摂取量	659 831	25.9 32.3
									学校給食摂取基準	650 830	21~33 27~42

給食、はじまりますよ!



希望に満ちた春、いよいよ新学期の給食もスタートしました。学校給食は、栄養のバランスのとれた食事をみんなと楽しく食べる中で感謝の気持ちや、食事の自己管理能力を育て、日々の健康増進を図ろうとするものです。毎日生きた教材としての「学校給食」を通して食育を学んでいってほしいと思います。

★給食の写真をホームページに掲載しています。
ホームページアドレス
<https://www.town.kawajima.saitama.jp/>



～お知らせ～

★小学1年生の給食について
14日(木) デニッシュペストリー・牛乳
15日(金) クロワッサン・牛乳
18日(月) から完全給食となります。

★給食費の振替について
給食費振替の前日までに残高をご確認ください。