

4月学校給食献立予定表



今月の目標 きょうりよくをしてしよくじのじゅんぴとあとかたづけをしよう

令和 6 年度

かわしままち がっこう 川島町学校給食センター

日	曜	こんだてめい		おもなしよくひんめい			えいようりよう							
		しゆしよくのみもの	おかず	からだをつくるもの	ねつやちからになるもの	からだのちょうしをととのえるもの	小学校		中学校					
						エネルギー		たんぱく質		エネルギー		たんぱく質		
						kcal		g		kcal		g		
10	水	ちやめし 牛乳	さわにわん チキンナゲット (小②中③) もやしサラダ さくらゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく チキンナゲット	ちやめし あぶら でんぷん ごまあぶら さとう さくらゼリー	ごぼう にんじん だいこん ほししいたけ ねぎ きゅうり もやし とうもろこし	599	22.6	754	28.6				
11	木	ごはん 牛乳	はるさめスープ はるまき ピピンパ冬のご	ぎゅうにゅう とりにく とうふ はるまき ぶたにく	ごはん あぶら はるさめ ごまあぶら さとう	にんじん はくさい チンゲンサイ ねぎ しょうが にんにく もやし ごまつな	666	23.8	838	29.2				
12	金	ごはん 牛乳 (中250cc)	わかたけじそ とりにくのみそつけやき なまあげのカレーいため	ぎゅうにゅう とうふ わかめ とりにく みそ ぶたにく なまあげ	ごはん あぶら ごまあぶら さとう	にんじん たけのこ えのきだけ ねぎ にんにく たまねぎ ピーマン	604	26.5	782	34.3				
15	月	ごはん 牛乳	ごまみそじる コロッケ・ソース オイスターいため	ぎゅうにゅう とうふ みど ぶたにく	ごはん あぶら じゃがいも ごま コロッケ	だいこん にんじん ねぎ ごまつな もやし いら	614	21.5	784	26.2				
16	火	ごはん 牛乳 (中250cc)	レンファータン むししゅうまい (小②中③) ホイコーロー	ぎゅうにゅう たまご しゅうまい ぶたにく なまあげ みそ	ごはん はるさめ でんぷん ごまあぶら あぶら さとう	にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう しょうが にんにく たけのこ ほししいたけ キャベツ	581	22.9	770	30.6				
17	水	ごはん 牛乳	マカロニスープ ハンバーグオニオンソースかけ ごぼうサラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう フランクフルト ハンバーグ みそ ヨーグルト	ごはん あぶら マカロニ さとう でんぷん ごま ごまあぶら	たまねぎ にんじん キャベツ ごまつな にんにく ごぼう きゅうり とうもろこし	710	26.5	882	32.0				
18	木	こどもパン 牛乳	こめこのクリームスープ にくだんこのケチャップソースかけ (小②中③) こんにやくサラダ  8の付く日は「米粉の日」	ぎゅうにゅう とりにく チーズ スキムミルク なまクリーム ミートボール	こどもパン ハター こめこ あぶら さとう ごまあぶら	たまねぎ キャベツ とうもろこし トマト こんにやく もやし にんじん きゅうり	583	24.3	756	31.1				
19	金	ごはん 牛乳	じゃがいものそぼろに 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 じゃがいも さとう でんぷん ごまあぶら ごま	しょうが にんじん たまねぎ しらたき えだまめ にんにく もやし きゅうり	678	24.9	845	30.2				
22	月	ごはん 牛乳	とうふのちゅうかに あじフライ・ソース かわちばんかん	ぎゅうにゅう ぶたにく なると とうふ あじフライ	ごはん ごまあぶら さとう でんぷん あぶら	しょうが にんにく にんじん たまねぎ ごまつな かわちばんかん	679	29.0	839	35.5				
23	火	じごなうどん 牛乳	にくじるうどん (しる) えだまめフリッター (小①中②) キャベツのおかかあえ ひとくちチーズ (中のみ)	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ こんぶ かつおぶし チーズ (中のみ)	じごなうどん あぶら えだまめフリッター さとう	にんじん だいこん ねぎ キャベツ	562	24.5	774	33.7				
24	水	ごはん 牛乳	めったじる ぶりのてりあげ じぶに  きょうりよりり ぜんこいっしゅう 郷土料理で全国一周! 石川県 (いしかわけん)	ぎゅうにゅう ぶたにく みど ぶり とりにく	ごはん あぶら さつまいも さとう でんぷん こむぎこ やきふ	ごぼう にんじん だいこん こんにやく ねぎ ほししいたけ たけのこ ほうれんそう	685	29.7	859	36.4				
25	木	バターコッパン 牛乳	やさいとまめのスープ オムレツのチーズやき チンゲンサイとコーンのサラダ	ぎゅうにゅう とりにく たいす オムレツ チーズ	バターコッパン あぶら さとう ごまあぶら	にんじん たまねぎ キャベツ セロリー トマト もやし とうもろこし チンゲンサイ	592	22.5	771	28.7				
26	金	ごはん 牛乳	てづくりカレー やきウィンナー イタリアンサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ヨーグルト フランクフルト	ごはん あぶら じゃがいも バター こむぎこ くるざとう ココア さとう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん トマト りんご キャベツ きゅうり あかピーマン	693	26.4	871	32.2				
30	火	ホットちゅうかめん 牛乳	しょうゆラーメン (しる) あげぎょうざ (小②中③) だいこんサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎょうざ	ホットちゅうかめん あぶら さとう ごまあぶら	にんにく たけのこ とうもろこし もやし ねぎ ごまつな だいこん にんじん きゅうり	599	25.9	757	32.6				
14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?			※ 本字 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	632	25.1	806	31.5			

◎栄養量は八訂成分表で計算しています。

★小学1年生の給食について

- 15日 (月) クロワッサン・牛乳
- 16日 (火) デニッシュペストリー・牛乳
- 17日 (水) 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。