



4月分献立表

(給食回数16回)



八千代町立学校給食センター

日	曜日	献立名	おもな材料と体内での働き						栄養価	
			おもに体をつくる		おもにからだの調子を整える		おもにエネルギーになる		エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質	炭水化物	脂質			
1群 魚・肉・卵・豆・豆腐製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 種実類・油脂					
7	金	ハヤシライス(ごはん ハヤシチュー) 牛乳 にたまご こんにやくサラダ	ぶたにく たまご ちくわ	脱脂粉乳 牛乳	にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム にんにく もやし きゅうり	ごはん じゃがいも こむぎこ さとう こんにやく	バター ドレッシング(塩だれ)	670 814	24.8 28.1
10	月	ごはん 牛乳 キャベツメンチ[ソース] ごもくまめ はるやさいのみそしる	ぶたにく だいず ちくわ あぶらあげ みそ	牛乳		キャベツ たまねぎ かぶ ほうさい たまねぎ	ごはん さとう でんぶん パンこ こむぎこ しらたき さとう	あぶら あぶら	648 802	21.3 25.1
11	火	ちほ島の味 むぎごはん 牛乳 あじのさんがやき しおこんぶあえ とりどせふうスープ やさいとくだものゼリー	あじ すけそうたら たまご みそ とりにく ぶたにく みそ	牛乳 こんぶ	にんじん にんじん にんじん こまつな	たまねぎ ごぼう たけのこ ながねぎ しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ ほうさい しいたけ ごぼう ながねぎ オレンジ りんご レモン	むぎごはん パンこ でんぶん さとう さとう パンこ でんぶん さとう やさいジュース ゼリー さとう	あぶら あぶら あぶら	645 810	22.2 27.4
12	水	かんとんめん 牛乳 はるまき あおりんごゼリーあえ チョコチップパン 牛乳	ぶたにく なた ぶたにく	牛乳	にんじん にんじん	ほうさい たまねぎ ながねぎ たけのこ しいたけ しょうが キャベツ たまねぎ りんご もも バインアップル ナタデココ	ちゅうかめん でんぶん はるまき こむぎこ でんぶん さとう ゼリー さとう	あぶら	662 887	20.9 26.9
13	木	てりやきにくだんご(小2こ 中職3個) ポテトサラダ はくさいとベーコンのスープ	とりにく ぶたにく たまご ベーコン	牛乳	にんじん フロコリー	たまねぎ きゅうり ほうさい たまねぎ とうもろこし	パンこ でんぶん さとう じゃがいも	ごまあぶら マヨネーズ	664 845	20.5 25.7
14	金	カレーライス(ごはん カレーシチュー) のむヨーグルト(いちごあじ) チキンナゲット(小2こ 中職3個) コールスローサラダ	ぶたにく レバー とりにく ぶたにく	牛乳 脱脂粉乳 ヨーグルト	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが りんご いちご にんにく キャベツ えだまめ とうもろこし	ごはん じゃがいも こむぎこ さとう パンこ こむぎこ さとう でんぶん	あぶら あぶら ドレッシング	709 911	22.5 27.8
17	月	にゅうかくおしんきゅうおいかいこんだて にしよくごはん(ごはん にくそぼろ たまごそぼろ) 牛乳 すましる いちごのクレープ	ぶたにく だいず たまご どうふ はんぺん たまご ゼラチン	牛乳	にんじん みつば ほうれんそう	しょうが たまねぎ いちご	ごはん さとう でんぶん やまいも でんぶん さとう こむぎこ さとう でんぶん	あぶら あぶら マーガリン	664 818	25.4 30.2
18	火	よいほのひこんだて むぎごはん 牛乳 いかフライ[ソース] きりぼしだいこんのもの たけのこのみそしる	むぎごはん 牛乳 いか さつまあげ あぶらあげ みそ	牛乳	にんじん わかめ	だいこん しいたけ たけのこ えのきたけ	むぎごはん パンこ こむぎこ さとう でんぶん さとう	あぶら あぶら	626 777	21.2 25.2
19	水	とりなんばんうどん 牛乳 あつやきたまご アセロラゼリーあえ	とりにく あぶらあげ たまご	牛乳	にんじん	ながねぎ ほうさい たまねぎ えのきたけ アセロラ りんご もも バインアップル ナタデココ レモン	ソフトめん さとう でんぶん ゼリー さとう	あぶら あぶら	620 805	25.3 31.6
20	木	しよくパン いちごジャム&マーガリン 牛乳 しろみぎかなのトマトソースかけ フロコリーとかまぼこのサラダ とうにゅうスープ	ホキ かまぼこ たまご とうにゅう ベーコン	牛乳	トマト フロコリー にんじん ほうれんそう	たまねぎ セロリ たまねぎ しめじ とうもろこし	しよくパン いちごジャム さとう じゃがいも	マーガリン ごまドレッシング あぶら	620 754	26.4 32.1
21	金	ごはん 牛乳 ぎょうざ(小2こ 中職3個)[しょうゆ] だいずのカレーに わかめスープ	ぶたにく とりにく だいず ぶたにく ベーコン かまぼこ	牛乳 脱脂粉乳 わかめ	にら だいこんのは	キャベツ たまねぎ ながねぎ しょうが たまねぎ しいたけ えのきたけ ながねぎ	ごはん こむぎこ パンこ さとう でんぶん さとう こむぎこ でんぶん	ごまあぶら あぶら	657 836	26.0 31.7
24	月	ごはん 牛乳 とりのからあげ こまつなのソテー とうふとわかめのみそしる	とりにく ウインナー とうふ あぶらあげ みそ	牛乳	こまつな	しょうが にんにく とうもろこし たまねぎ しめじ	ごはん でんぶん こむぎこ あぶら あぶら		680 844	27.6 32.8
25	火	地産地消 八千代の日こんだて ごはん 牛乳 ハンバーグのわふうおろしソースかけ シルバーサラダ キャベツのうましおスープ	とりにく ぶたにく かまぼこ	牛乳	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ だいこん きゅうり キャベツ もやし ながねぎ しょうが もやし ながねぎ たまねぎ にんにく しょうが たまねぎ だいこん きゅうり アセロラ	ごはん パンこ さとう はるまき ノンエッグマヨネーズ ドレッシング ごまあぶら		655 823	22.7 27.4
26	水	カレーうどん 牛乳 ハッシュポテト だいこんサラダ ミニアセロラゼリー(小1こ 中職2個) コッペパン ダブルチョコクリーム 牛乳 ハートオムレツ(小1こ 中職2個)	ぶたにく レバー	脱脂粉乳 牛乳 わかめ	にんじん	キャベツ たまねぎ しょうが しょうが たまねぎ アセロラ	ソフトめん でんぶん じゃがいも じゃようしんこ ゼリー さとう	あぶら あぶら ごまあぶら	617 801	20.1 24.9
27	木	コッペパン ダブルチョコクリーム 牛乳 ハートオムレツ(小1こ 中職2個) スパゲッティナポリタン コーンスープ	たまご ウインナー	牛乳 脱脂粉乳 なまクリーム	トマト パセリ にんじん	たまねぎ マッシュルーム たまねぎ とうもろこし	ごはん コッペパン チョコクリーム さとう スパゲッティ さとう	あぶら あぶら バター	682 859	21.1 27.4
28	金	ごはん 牛乳 えびシューマイ(小2こ 中職3個) マーボーどうふ あんこんどうふ	いとよりだい えび ぶたにく どうふ ぶたにく だいず とりにく みそ	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ ながねぎ しいたけ にんにく しょうが もも バインアップル レモン	ごはん パンこ さとう こむぎこ でんぶん さとう でんぶん こむぎこ ゼリー さとう	ごまあぶら	699 889	24.3 30.3

※都合により、献立内容が変更になる場合がありますので、ご了承ください。
 ※この献立表に記載されている食品は、主な材料で調味料やハンバーグ、春巻きなどの加工食品に含まれるアレルギー等、
 使用食材のすべては記載しておりません。
 (アレルギー対応を受けている児童生徒と保護者の方はアレルギー用予定献立表および加工食品成分表をご確認ください。)
 ※魚料理については「青」がある場合がありますので、気をつけて食べてください。
 ※減塩のため、しょうゆやソース等は使用を控えています。ご協力お願いします。

今月は八千代町で栽培された「米(コシヒカリ)」
 「やさい(きゅうり ほうさい ながねぎ みつば)」を使用します。
 近隣の市町村からは「キャベツ ごぼう チンゲンサイ その他」を使用しています。

★お箸セットの購入について★
 お箸セットを購入したい方は、担任の先生
 または給食センターまでご連絡ください。

セット一式:750円
 ~バラ売りも可能です~
ケース:330円 箸:200円
スプーン・フォーク:各110円

じゅうがく しんきゅう
**入学・進級
 おめでとう**

給食センター

~給食費について~
 給食費はすべて食材の購入に
 使用しています。町から児童・生徒
 1人あたり年間9,000円の助成を
 受けています。