





























# 4月 学校給食献立表

木城町学校給食センター

小学生 中学生

平成31年度

日 曜	パン	献立名	材 料			エネルギー	エネルギー	家庭で補い
			赤の食品	黄の食品	緑の食品	タンパク質	タンパク質	
			血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子を整えるもの	脂質	脂質	
8 月	 ごはん ピザトースト	肉だんごのスープ ブロッコリーサラダ (ピザトーストの具)	ぎゅうにく ぶたにく とりにく ベーコン チーズ 	パンこ でんぷん あぶら さとう	たまねぎ はくさい にんじん えのき ブロッコリー きゅうり にんじん たまねぎ ピーマン コーン	610 25.2 25.9	794 32.8 33.8	卵製品 いも類
9 火		入学式						
10 水	 たてわりパン	コーンスープ ツナサンドの具	ベーコン たまご ツナ 	あぶら じゃがいも マヨネーズ	にんじん たまねぎ えのき クリームコーン なら きゅうり たまねぎ あおめ	623 25.3 27.3	778 30.8 33.1	大豆製品 乳製品
11 木	 ごはん	じゃが豚キムチ かみかみサラダ	ぶたにく するめ 	あぶら じゃがいも さとう さとう ごま ごまあぶら	にんじん たまねぎ いたごんにやく はくさいキムチ なら ごぼう せんぎりだいこん きゅうり にんじん	603 21.8 14.8	696 24.8 16.2	卵製品 海藻類
12 金	 ごはん	中華スープ チンジャオロース	ベーコン かまぼこ ぎゅうにく 	あぶら あぶら でんぷん さとう ごまあぶら	たまねぎ にんじん えのき チンゲンサイ だけのこ ピーマン にんじん せんぎりだいこん	567 23.9 18	737 31.1 23.4	大豆製品 種実類
15 月	 米粉パン	クリームシチュー フレンチサラダ	とりにく ぎゅうにゅう ハム 	バター こむぎこ あぶら じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ りんご コーン	700 27.2 20.2	842 32.5 23.2	魚介類 海藻類
16 火	 ごはん	野菜スープ コロック 青豆サラダ	ウイナー とりにく  ツナ	あぶら じゃがいも さとう パンこ こむぎこ でんぷん あぶら ドレッシング	たまねぎ キャベツ にんじん えのき にんじん たまねぎ あおめ ブロッコリー きゅうり コーン	641 17.8 18.6	801 20.0 20.8	大豆製品 種実類
17 水	 減糖黒糖パン	ミートソースバゲティ じゃこサラダ	ぎゅうひきにく ぶたひきにく だいず ちりめん ツナ 	あぶら さとう スパゲティ さとう ごまあぶら ごま	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト ピーマン キャベツ きゅうり あかピーマン	589 23 16.1	766 29.9 20.9	卵製品 いも類
18 木	 ちらしずし	すまし汁 いわしの甘露煮 お祝いデザート (ちらしずしの具)	とうふ わかめ いわし 	さとう はちみつ でんぷん あぶら さとう ごま	にんじん えのき ほうれんそう だけのこ ごぼう しいたけ にんじん	650 33.4 18	738 36.8 19.4	乳製品 野菜類
19 金	 ごはん	さつまいものみそ汁 チキン南蛮・タルタルソース ゆでキャベツ	とうふ わかめ みそ とりにく たまご 	さつまいも こむぎこ でんぷん あぶら さとう キャベツ	にんじん ねぎ キャベツ	664 28.9 20.1	832 35.5 23.7	魚介類 果物
22 月	 減糖 コッペパン	焼きそば もやしのナムル	ぶたにく えび いか ハム 	ちゅうかめん あぶら さとう ごまあぶら ごま	キャベツ たまねぎ なら にんじん もやし きゅうり にんじん	589 25.4 17.6	766 33.0 22.9	大豆製品 乳製品
23 火	 麦ごはん	チキンカレー フルーツヨーグルト	とりにく ミックスビーンズ ヨーグルト 	あぶら じゃがいも はちみつ	にんじん たまねぎ しめじ パイン もも みかん	644 19.5 16.2	837 25.4 21.1	魚介類 種実類
24 水	 米粉パン	豆腐のチリソース煮 海藻サラダ	ぶたにく とうふ かいそうミックス 	あぶら さとう でんぷん さとう ごま	たまねぎ にんじん だけのこ しいたけ なら キャベツ きゅうり にんじん	586 26.9 20.1	762 35.0 26.1	卵製品 いも類
25 木	 ごはん	かぼちゃのみそ汁 魚の照り焼き アーモンド和え	あぶらあげ わかめ みそ さば 	さとう アーモンド さとう	かぼちゃ たまねぎ えのき ねぎ もやし キャベツ にんじん	608 25.6 16.5	790 33.3 21.5	肉類 果物
26 金	 麦ごはん	木城産！牛丼の具 紅白なます こどもの日デザート	ぎゅうにく ちりめん たまご 	あぶら さとう さとう あぶら ごま	たまねぎ にんじん いたごんにやく しめじ だけのこ だいこん にんじん	794 26.5 19.8	895 31.1 25.7	大豆製品 海藻類

☆ 4月の木城産食材 … お米、たまねぎ、ピーマン、牛肉（26日使用分）

☆ 4月26日（金）の牛丼は、木城産の牛肉をたっぷり使って作ります。お楽しみに(^\_^)

木城町では、「地域で作られた食べ物を、地域の子どもたちに食べてもらいたい」という考えのもと、学校給食でも木城で作られた食べ物をなるべくたくさん使うように心がけています。

ありがたいことに、今年度も、町から給食用食材を購入するための補助金（町内産食材に限る）をいただいております。

そのおかげで、学校給食の予算では取り扱うことができないような高価な食材を、地産地消メニューとして、年に数回、提供することができます。これからも、学校給食を通して、感謝の心を育んだり、地域の良さを伝えていけたら、と考えています。

☆ 4月18日（木）の献立は、小学校1年生が入学して1週間…！ということで、新1年生の入学と、子どもたちの進級をお祝いする食事を提供します。お祝いごとの食事として昔から伝えられてきた「ちらし寿司」をメインとした献立です。「子どもたちが、この1年、元気に楽しく、充実した学校生活を送れますように。」という思いをこめて、作ります。

☆ 今年度も、給食センタースタッフ一同、安全で、子どもたちに喜んでもらえるような給食を提供できるよう、精一杯努めます。ご家庭でも、「今日の給食どうだった？」など、給食の話題をとりあげていただけると嬉しく思います。

1年間よろしく願います！

