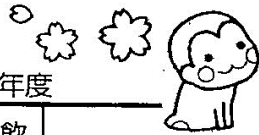


平成30年度



4月 献立表

太田市立城東中学校

日	曜	飲み物	献立名		体の組織を作る食品群		体の調子を整える食品群		エネルギーとなる食品群		エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)	一口メモ
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵	牛乳・乳製品	緑黄色野菜	その他の野菜	米・パン・めん	油脂		
主食			おかず		大豆製品	小魚・海藻	きのこ・果物	いも類・砂糖	種実	原価(g)		
9	月		〇〇〇 新任式・入学式・始業式 〇〇〇									入学、進級、おめでとうございませう☆
10	火	牛乳	わかめごはん	五目玉子焼き 彩りミートボールスープ さやいんげんのごま和え	ミートボール 卵	牛乳 わかめ	にんじん ほうれん草 いんげん	キャベツ たまねぎ しめじ	ごはん	米ぬか油 ごま	760 26.3 20.8	給食を残さず食べて、元気いっぱい新しい学年のスタートをきりましょう!! ☆選任式 簡易給食になります。 群馬県では、毎月19日を『いただきますの日』としています。スーパーでものほり旗が立ってまいります☆探してみましよう!
11	水	牛乳	パンプキンパン	やきそば チーズとアーモンドのサラダ 御祝いデザート	豚肉 チーズ	牛乳	にんじん にら	キャベツ もやし きゅうり	パン やきそば類	米ぬか油 アーモンド	950 30.8 37.6	
12	木	牛乳	ごはん	小籠包 チンジャオロース 中華スープ	豚肉 木綿豆腐 卵	牛乳	にんじん ピーマン パプリカ	たけのこ・しいたけ たまねぎ チンゲンサイ	ごはん	米ぬか油	852 37.8 25.3	
13	金	牛乳	丸パン横切り	焼きハム・チーズ 米粉ドッグ プリン							763 29.5 27.2	
16	月	牛乳	ごはん	じゃがいも南蛮煮 春雨サラダ	豚肉 生揚げ	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ きゅうり もやし	ごはん じゃがいも	米ぬか油 ごま油	772 25.7 18.3	
17	火	牛乳	ごはん	ごほうハンバーグ 具沢山みそ汁 上州きんぴら	豚肉 油揚げ	牛乳	にんじん しいたけ キャベツ	だいこん・長ねぎ たまねぎ	ごはん じゃがいも	米ぬか油 ごま油 いりごま	808 30.6 25.0	
18	水	牛乳	ごはん	サバの味噌煮 いか団子スープ 豚肉のじゃんじゃん焼き	サバ・いか ベーコン	牛乳	にんじん アスパラガス	しめじ・えりんぎ たまねぎ キャベツ	ごはん	米ぬか油	824 37.2 29.5	
19	木	牛乳	麦ごはん	チキンカレー 大根サラダ	鶏肉 ツナ	牛乳	にんじん	たまねぎ だいこん きゅうり	麦ごはん じゃがいも	米ぬか油	809 24.5 18.4	
20	金	牛乳	ココアパン	大豆ミートスパゲティ ポテトサラダ	豚肉 大豆	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ マッシュルーム きゅうり	パン じゃがいも	米ぬか油 マヨネーズ	894 33.1 32.4	
23	月	牛乳	ごはん	かき揚げ・てんつゆ つぼ漬け和え 豚汁	豚肉 木綿豆腐	牛乳	にんじん だいこん ごぼう	きゅうり・キャベツ たまねぎ ごぼう	ごはん こんにゃく じゃがいも	米ぬか油	760 20.2 22.4	
24	火	牛乳	ごはん	さんまの蒲焼き 田舎汁 大豆の五目煮	さんま 鶏肉・大豆 さつまいも	牛乳	にんじん ごまつな	だいこん	ごはん こんにゃく	米ぬか油	806 28.5 35.9	
25	水	牛乳	ミルクパン	ちくわ天ぷら 五目うどん かりかりじゃこサラダ	豚肉 油揚げ	牛乳 じゃこ	にんじん ごまつな	だいこん・長ねぎ しいたけ・きゅうり キャベツ	パン うどん	米ぬか油 すりごま	866 30.6 29.7	
26	木	牛乳	ごはん	麻婆豆腐 もやしの和え物	豚肉 しほり豆腐	牛乳	にんじん にら ほうれん草	たまねぎ・長ねぎ しいたけ もやし	ごはん	米ぬか油 ごま油	743 28.8 23.2	
27	金	牛乳	黒パン	みそワントン 海鮮サラダ 煮卵	豚肉 いか 卵	牛乳 わかめ	にんじん にら	キャベツ・もやし きゅうり	パン ワントン	米ぬか油	776 39.7 22.2	

※ 都合により献立を変更する場合がありますので、予めご了承下さい。野菜は全て加熱してあります。
※ 4月の給食費口座振替日は 4月26日(木)です。よろしくお願い致します。

ご入学・ご進級おめでとうございます。新しい学年、新しいクラスの中で期待と不安を胸に抱いていることでしょうか。環境に慣れるまで、普段以上に疲れてしまうと思います。「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけ、生活リズムを整えましょう。今年度も安全でおいしい給食づくりを目指しますので、学校給食にご理解とご協力をお願い致します。

