

平成30年度 \*4月の献立表(しょうがっこう用)\* 大仁学校給食センター

日	曜	牛乳	献立名	〈赤〉 おもに体をつくるものとなる食品		〈緑〉 おもに体の調子を整えるものとなる食品		〈黄〉 おもにエネルギーのもととなる食品		1食分(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)	メモ
				たんぱくしつ	むきしつ	カロテン	ビタミン	たんすいかぶつ	ししつ		
9	月	☺	ちゅうかめん					小麦粉		636 25.8 28	幼稚園なし
			みそラーメンスープ	焼き豚 なると みそ		にんじん 根深ねぎ	メンマ 大豆もやし しょうが にんにく		ごま油		
			はるまき	豚肉	ひじき	にんじん	キャベツ 玉ねぎ ねぎ しょうが	春雨 小麦粉 水あめ たらこ	ポークオイル 油		
			ちゅうかサラダ	ツナ		小松菜 にんじん	キャベツ	三温糖	ごま ごま油		
			グレープゼリー				ぶどう果汁	グラニュー糖			
10	火	☺	こくとうパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖 黒糖		653 26.7 28	
			ハンバーグ	豚肉 大豆 卵 豆乳		トマトケチャップ	玉ねぎ	パン粉 三温糖	油		
			コールスローサラダ			にんじん	キャベツ コーン	三温糖	油		
			ポテトスープ	ベーコン		にんじん	玉ねぎ	じゃがいも	油		
			バナナ				バナナ				
11	水	☺	むぎごはん					米 麦		653 20.1 29	
			チキンカレー	鶏肉	ヨーグルト チーズ	にんじん トマトパウダー	玉ねぎ セロリ にんにく しょうが	じゃがいも たらこ 砂糖	油		
			ごぼうサラダ			にんじん	ごぼう キャベツ コーン		ごま ノンエッグマヨネーズ ごま油		
			いちご				いちご				
12	木	☺	おせきはん					米 もち米 小豆	黒ごま	577 22.7 28	入学・入園・進級お祝いメニュー
			とりにくのこうみやき	鶏肉 みそ			根深ねぎ しょうが にんにく		ごま油		
			やさいとツナのおひたし	ツナ		小松菜	キャベツ もやし しょうが	三温糖	ごま		
			とうふのすましじる	豆腐	わかめ	葉ねぎ	干ししいたけ				
			おいわいいちごゼリー	豆乳 大豆粉			いちご いちご果汁	砂糖 水あめ	植物油脂		
13	金	☺	わかめごはん		わかめごはんのもと			米 麦		601 22.8 26	
			さわらのたつたあげ	鱈			しょうが	片栗粉	油		
			きりほしだいこんのもの			にんじん さやいんげん	切り干し大根 こんにゃく	三温糖	油		
			じゃがいものみそしる	生揚げ みそ		小松菜	玉ねぎ	じゃがいも			
16	月	☺	むぎごはん					米 麦		601 25.4 29	
			マーボーどうふ	豆腐 豚肉 みそ		葉ねぎ	玉ねぎ 竹の子 干ししいたけ しょうが にんにく	三温糖 片栗粉	油 ごま油		
			やさいのナムル	ツナ		小松菜 にんじん	もやし		ごま ごま油		
			パイナップル				パイナップル				
17	火	☺	はちみつレモントースト		脱脂粉乳		レモン果汁	小麦粉 砂糖 はちみつ グラニュー糖	バター	618 25.3 32	
			ポークビーンズ	豚肉 大豆		にんじん トマトピューレ トマトケチャップ	玉ねぎ にんにく	じゃがいも 三温糖	油		
			ハムサラダ	ハム		小松菜	キャベツ コーン	三温糖	油		
			ナタデココいりヨーグルトあえ		ヨーグルト		ナタデココ バナナ みかん	上白糖			
18	水	☺	ひじきごはん	鶏肉	ひじき	にんじん	こんにゃく 干ししいたけ	米 麦 三温糖	油	655 22.3 31	のぞみ幼なし
			しししゃもフライ	しししゃも				小麦粉 卵 粉 コーンフラワー 小麦粉	油		
			もやしのおひたし			小松菜 にんじん	もやし	三温糖			
			とうふのみそしる	豆腐 油揚げ みそ	わかめ	葉ねぎ					
			おこめみかんタルト	豆乳			みかん果肉 みかん果汁	水あめ 砂糖 米粉 コーンフラワー 小麦粉	油 ショートニング		



裏面もあります

日	曜	牛乳	献立名	〈赤〉 おもに体をつくるもとになる食品		〈緑〉 おもに体の調子を整えるもとになる食品		〈黄〉 おもにエネルギーのもとになる食品		1食分-(kcal) たんぱく質(g) 脂質(%)	メモ	
				たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン	炭水化物	脂質			
19	木		むぎごはん					米 麦		634 21.8 27		
			ハヤシライスのご	豚肉		にんじん グリンピース トマトクチャップ トマト パワダー	玉ねぎ マッシュルーム にんにく	小麦粉 砂糖 てんぷん	油 豚脂			
			アスパラサラダ	ツナ		アスパラガス	キャベツ コーン	三温糖	油			
			オレンジ			オレンジ						
20	金		むぎごはん					米 麦			大仁小・ 北小なし	
			しょうふうやき	鶏肉 豆腐 卵 みそ	青のり		玉ねぎ しょうが	パン粉 三温糖	ごま			
			ほうれんそうのにびたし	油揚げ		ほうれん草 にんじん						
			キャベツのみそしる	みそ			キャベツ 根深ねぎ	じゃがいも				
			いちごミルクデザート		乳製品 加糖練乳		いちご果汁	砂糖 水あめ				
23	月		くろまいごはん					米 麦 黒米		615 21.6 30		
			とりのからあげ	鶏肉			しょうが にんにく	小麦粉 片栗粉	油			
			わかめのレモンあえ		わかめ	小松菜	キャベツ レモン果汁	三温糖				
			こくしょうじる	油揚げ みそ		にんじん 葉ねぎ	大根 ごぼう 干しいたけ	里いも	ごま油			
24	火		ソフトめん					小麦粉		639 27.4 28		
			ミートソース	豚肉	粉チーズ	にんじん トマト トマトクチャップ	玉ねぎ マッシュルーム セロリ しょうが にんにく	小麦粉 三温糖	バター 油			
			コーンサラダ	ツナ			キャベツ コーン きゅうり	三温糖	油			
			ぎゅうにゅうかんでん	ゼラチン	牛乳		みかん 寒天	上白糖				
25	水		むぎごはん					米 麦		613 21.8 27		
			だいずふりかけ	大豆	のり	かぼちゃ粉末		砂糖 マッシュポテト 水あめ てんぷん	ごま			
			じゃがいものそぼろに	鶏肉		にんじん さやいんげん	しょうが	じゃがいも 三温糖 片栗粉	油			
			きびなごフライ	きびなご				パン粉 精白米 薄力粉	黒ごま 油			
			こまつなのみそしる	油揚げ みそ		小松菜 葉ねぎ	えのき					
26	木		むぎごはん					米 麦		652 26.5 27		
			さばのごまやき	鯖		葉ねぎ	しょうが にんにく		ごま			
			ちぐさあえ	油揚げ		小松菜 にんじん	キャベツ しらたき	三温糖	ごま油			
			かきたまじる	豆腐 卵		にんじん	玉ねぎ 根深ねぎ	片栗粉				
			ヨーグルト		乳製品		寒天	砂糖 オリゴ糖	コーン油			
27	金		チャーハン	焼き豚 卵		にんじん	玉ねぎ 根深ねぎ しょうが にんにく	米 麦	油 ごま油	645 28.7 30	のぞみ幼 なし	
			だいずとりにくのみあまからあえ	鶏肉 大豆		にんじん ピーマン	しょうが	片栗粉 三温糖	油			
			わかめスープ	豆腐	わかめ	葉ねぎ	玉ねぎ					
			グレープフルーツ				グレープフルーツ					

※伊豆の国市では、独自の放射能測定器により、給食食材の放射能測定を施設ごと月1回実施しており、結果は市のホームページで公表しています  
 ※仕入れの状況により献立が変わることがあります。食物アレルギーに関係する食品については、事前にお知らせします。

**ご入学・ご進級おめでとうございます**

花の便りが各地で聞かれる季節になりました。いよいよ新年度のスタートです。子どもたちが元気に学校生活を送れるように、安心・安全に留意し、心を込めて給食を作っていきたいと思っております。1年間よろしくお願ひ致します。

**楽しい給食時間になるように、こんなことを守りましょう**

- 音聲よく、ごはんや汁物のおわんは手に抱って食べる
- 食べているときは立ち歩かない
- 友達が喋るような活い話をしない
- 口に食べ物が入っているときは話をしない

**☆大仁学校給食センターの紹介☆**

大仁学校給食センターでは、15人の調理員で約1320食の給食を作っています。大仁小学校・大仁北小学校・大仁中学校・のぞみ幼稚園・田京幼稚園に給食を運んでいます。

毎日、心を込めて作っているのでも、残さず食べてくれたら嬉しいです。1年間よろしくお願ひします♪





