

令和6年度		4月分			中学校給食予定献立表		鴻巣市立中学校給食センター	
日曜	献立名	食 材 名				調味料	エネルギー (kcal)	
		血や肉になるもの(赤)	熱や力になるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)				
10 水 行事食 入学・進 級祝い	牛乳	牛乳					802	
	わかめごはん	わかめご飯の素	米					
	鶏肉の唐揚げ	鶏肉	でん粉 油	しょうが	しょうゆ 酒			
	ほうれん草サラダ		油 三温糖	ほうれん草 キャベツ にんじん	しょうゆ 酢 塩		31.7	
	けんちん汁	鶏肉 豆腐	油 さといも	にんじん ごぼう だいこん こんにゃく 長ねぎ	和風だし しょうゆ 塩		16%	
	お祝いデザート		お祝いいちごゼリー					
11 木	牛乳	牛乳					777	
	子どもパン		子供パンスライス					
	フィッシュフライ	ホキフライ	油		中濃ソース			
	コンソメキャベツ	ベーコン	油	キャベツ フロッコリー コーン	コンソメ 塩 こしょう		32.1	
	ミネストローネ	ウィンナー	じゃがいも マカロニ	にんじん 玉ねぎ トマト トマトピューレ	コンソメ 洋風だし 塩 こしょう		17%	
	清見オレンジ			オレンジ				
12 金	牛乳	牛乳					807	
	こうのとり伝説米ごはん		こうのとり伝説米					
	赤魚の白醤油焼き	赤魚の白醤油漬						
	ポテトきんぴら	ベーコン	油 じゃがいも 三温糖 ごま	にんじん ビーマン	コンソメ しょうゆ		32.0	
	春野菜のみそ汁	油揚げ みそ		にんじん 玉ねぎ キャベツ かぶ	和風だし		16%	
	三色団子		三色団子					
15 月	牛乳	牛乳					798	
	中華おこわ	焼豚	米 もち米 油 三温糖 ごま油	にんじん たけのこ 干しいたけ 枝豆	中華だし 酒 しょうゆ 塩			
	えび焼売	えび焼売						
	チンゲン菜のナムル		三温糖 油 ごま	ほうれん草 チンゲン菜 にんじん にんにく	しょうゆ 酢 ラー油 とうがらし		29.2	
	肉団子スープ	肉団子		にんじん キャベツ もやし 長ねぎ しょうが	中華だし 酒 しょうゆ 塩 こしょう		15%	
	米粉の豆乳チョコクレープ		米粉の豆乳チョコクレープ					
16 火	牛乳	牛乳					852	
	地粉うどん		地粉うどん					
	肉うどん汁	豚肉 油揚げ	油 砂糖	にんじん 玉ねぎ 干しいたけ しょうが 長ねぎ	和風だし みりん しょうゆ 塩		33.4	
	大豆とさつまいもの甘辛揚げ	大豆	さつまいも 油 三温糖 でん粉 ごま		しょうゆ		16%	
	わかめサラダ	わかめ	砂糖 ごま油	きゅうり キャベツ コーン	しょうゆ 酢			
17 水	牛乳	牛乳					762	
	こうのとり伝説米ごはん		こうのとり伝説米					
	さばの塩焼き	塩さば					37.9	
	小松菜のおひたし	干ひじき	油	こまつな もやし	しょうゆ		20%	
	呉汁	鶏肉 大豆 豆腐 みそ	油 さといも	にんじん ごぼう だいこん 長ねぎ	和風だし			
18 木	牛乳	牛乳					830	
	ごはん		米					
	ブルコギトッパブ	豚肉	油 三温糖 でん粉 ごま油 ごま	にんにく にんじん 玉ねぎ 干しいたけ ビーマン	酒 しょうゆ コチジャン		38.2	
	卵スープ	鶏肉 豆腐 わかめ 鶏卵	油 でん粉	にんじん 長ねぎ	中華だし 塩 しょうゆ		18%	
	いちご蒸しパン	牛乳	小麦粉 バター	いちごピューレ いちごジャム	ベーキングパウダー			
19 金 世界の料理 カナダ	牛乳	牛乳					846	
	はちみつパン		はちみつパン					
	プーティン	チーズ	フレンチポテト バター 小麦粉		塩 こしょう デミグラスソース ウスターソース コンソメ		31.2	
	コールスローサラダ		油 三温糖	キャベツ コーン にんじん	酢 塩 こしょう			
22 月	サーモンチャウダー	ベーコン 鮭 白花豆 チーズ 脱脂粉乳	油 じゃがいも	にんじん 玉ねぎ パセリ	洋風だし ホワイトルウ 塩 こしょう		15%	
	牛乳	牛乳					848	
	ピラフ	鶏肉	米 油	玉ねぎ にんじん ビーマン	コンソメ 塩 酒 しょうゆ こしょう			
	白身魚の香草焼き	ホキ	マヨネーズ パン粉		香草ミックス			
	アスパラのサラダ		油 三温糖	キャベツ アスパラガス きゅうり	酢 塩 こしょう		37.3	
	コーンスープ	ベーコン 脱脂粉乳	油 じゃがいも	にんじん 玉ねぎ コーン パセリ	洋風だし ホワイトルウ 塩 こしょう		18%	
	ヨーグルト	ヨーグルト						

日曜	献立名	食 材 名			調味料	エネルギー (kcal)
		血や肉になるもの(赤)	熱や力になるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)		たんぱく質 (g)
23 火	牛乳	牛乳				837
	中華めん		中華めん			
	コーン味噌ラーメン汁	豚肉 みそ	油	にんじん もやし キャベツ いら しょうが にんにく コーン 長ねぎ	中華だし 洋風だし こしょう	
	しゃくし菜まんじゅう		しゃくし菜まんじゅう			
	中華ごま和え		砂糖 ごま ごま油	にんじん ほうれん草 はくさい ぜんまい きくらげ	しょうゆ 酢	
	チーズドック		チーズドック		17%	
24 水	ブレーンジョア	ブレーンジョア				806
	たけのこごはん	鶏肉 油揚げ	米 油 三温糖	にんじん たけのこ 干しいたけ 枝豆	酒 和風だし しょうゆ 塩	
	ししゃも磯辺フライ	ししゃも磯辺フライ	油		中濃ソース	
	青菜の卵とじ	スクランブルエッグ	油	にんじん ほうれん草	和風だし しょうゆ みりん	
	いも団子汁	鶏肉	油 さといも いももち	ごぼう だいこん 長ねぎ	酒 しょうゆ 和風だし 塩	
25 木	牛乳	牛乳				883
	ごはん		米			
	カレーライス	豚肉 脱脂粉乳	油 じゃがいも 小麦粉 マーガリン バター	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ りんご	洋風だし こしょう ケチャップ 中濃ソース しょうゆ カレー粉 塩	
	ベーコンチーズオムレツ	ベーコンチーズオムレツ				
	マカロニサラダ		マカロニ マヨネーズ	にんじん きゅうり 玉ねぎ コーン	塩 こしょう	
	味付小魚	味付小魚			15%	
26 金 郷土食 石川県	牛乳	牛乳				842
	こうのとり伝説米ごはん		こうのとり伝説米			
	ぶり大根	ぶり鰹粉付き	油 三温糖	だいこん こんにゃく	和風だし 酒 しょうゆ	
	きしずサラダ		はるさめ	キャベツ にんじん きゅうり きくらげ マッシュルーム	焙煎ごまドレッシング	
	めった汁	大豆 豆腐 みそ	油 さといも	にんじん ごぼう 長ねぎ	和風だし	
	ようかん	ようかん			17%	
30 火	牛乳	牛乳				803
	ツイストパン		ツイストパン			
	コロッケ		コロッケ 油		中濃ソース	
	ほたてときのこの スパゲッティ	ベーコン ほたてがい	オリーブ油 スパゲッティ バター	玉ねぎ にんじん ほんしめじ にんにく 干しいたけ maidake マッシュルーム	塩 こしょう しょうゆ 酒	
	ウィンナーとレンズ豆のスープ	ウィンナー レンズ豆		にんじん 玉ねぎ コーン パセリ	コンソメ 塩 こしょう	
	給食回数	14回	学校給食摂取基準	エネルギー 830 kcal	827 kcal	
				たんぱく質 摂取エネルギー全体の13~20%	33.3g (16.1%)	

\*都合により献立は変更になることがあります。アレルギー食品は表示していません。加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。

## ご入学 ご進級おめでとうございます

みなさんにとって学校給食が毎日の楽しみとなるよう安心、安全でおいしい給食を心を込めてつくります。

1年間よろしくお祈りします。

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。

②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。

③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。

### 学校給食の目標 〈学校給食法 第2条より〉



④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。

⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

### お 願 い

### 給 食 費

\*月額 5200円

- ★毎月の給食費はすべて食材料の購入にあてています。
- ★病気やけがなどで長期にわたって休む場合は給食を止めることができますので、担任に申し出てください。

1食 339 円

【314円+25円(国の補助金)】

### 【令和6年度の給食について】

- 第1学期 4月10日(水) ~ 7月16日(火)
- 第2学期 8月30日(金) ~ 12月19日(木)
- 第3学期 1月9日(木) ~ 3月24日(月)
- \*3年生の給食終了は3月13日(木)です。

★はし・スプーンを毎日忘れないように持ってきましょう。使用した後は、家に持ち帰ってよく洗ってください。

★給食当番の人は、着用したエプロン・帽子を金曜日に家に持ち帰り、洗濯をお願いします。洗ったエプロン・帽子は月曜日に必ず持ってきましょう。