

令和4年度		4月分 小学校給食予定献立表(Aコース)				鴻巣市教育委員会		食品のしゅるい				エネルギー			
日A 曜日	こんだてめい	食品のしゅるい				エネルギー	こんだてめい				たんぱく質				
		エネルギーのもとになる(きいろ)	からだをつくるもとになる(あか)	からだのちょうしをととのえるもとになる(みどり)	調味料	たんぱく質	エネルギーのもとになる(きいろ)	からだをつくるもとになる(あか)	からだのちょうしをととのえるもとになる(みどり)	調味料	たんぱく質				
12 火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			606		ぎゅうにゅう			628				
	ジャンバラヤ	こめ あぶら	ウインナー	にんにく セロリ たまねぎ トマト ピーマン	塩 パプリカ粉 白ワイン ケチャップ こしょう カレー粉 チリパウダー	26.9	こめ	とびうおのたつたあげ			26.4				
	てりやきチキン		とりにく	しょうが	しょうゆ みりん 酒	18%	あぶら	にくじゃが	にんじん たまねぎ しらたき さやいんげん	しょうゆ みりん 塩	17%				
	オニオンスープ	あぶら	ベーコン	たまねぎ えのきたけ パセリ いためたまねぎ	コンソメ 塩 こしょう		あぶら	りきゅうじる	あぶらあげ みそ	にんじん キャベツ ねぎ さやえんどう	かつおさばだし				
	かくこうデザート	かくこうデザート					こめ	キャンディーチーズ(2こ)	チーズ						
13 水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			595		ぎゅうにゅう			715				
	ごはん	こめ				27.8	あぶら	わかめラーメン	とりにく わかめ なた	にんじん キャベツ ねぎ ほししいたけ たけのこ	パイタン 中華だし 塩 こしょう				
	あつあげいりホイコウロウ	あぶら さとう	ぶたにく あつあげ みそ	しょうが ピーマン キャベツ にんじん ほししいたけ	しょうゆ 酒 唐辛子粉	19%	あぶら	にくだんごのあまずあん(低1こ・高2こ)	にくだんごのあまずあん		17%				
	チンゲンサイのスープ	でんぷん ごまあぶら	ベーコン うずらたまご	にんじん チンゲンサイ ねぎ	中華だし しょうゆ 塩 こしょう		あぶら	しろはなまめのカップケーキ	ホットケーキミックスこ さとう パター ごま	しろはなまめペースト ぎゅうにゅう					
14 木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			625		ぎゅうにゅう			586				
	しょくパン	しょくパン				27.8	こめ あぶら さとう	たけのこごはん	とりにく あぶらあげ	にんじん たけのこ	しょうゆ 酒 塩				
	いちごジャム	いちごジャム				18%	あぶら	ごもくあつやきたまご			27.1				
	めばるのこんがりやき	ブシエツツアヲネニズ パンこ コーンフレーク	めばる チーズ		塩 こしょう		あぶら	ぶたじる	じゃがいも あぶら	ぶたにく とらふ みそ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	かつおさばだし			
15 金	わかめサラダ	あぶら さとう	わかめ	きゅうり コーン たまねぎ にんじん たまねぎ セロリ にんにく トマト パセリ	酢 塩 こしょう	18%	あぶら	かわちばんかん		かわちばんかん	18%				
	ミネストローネ	あぶら じゃがいも	ベーコン レンズまめ		ケチャップ コンソメ 塩 こしょう			ぎゅうにゅう			611				
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			620		くらパン	くらパン			24.4			
	きつねうどん	さとう	あぶらあげ	にんじん ほししいたけ ねぎ ほうれんそう	しょうゆ しゅうゆ みりん かつおだし 酒 塩	23.9	あぶら	ホキのトマトソースかけ	あぶら	ホキでんぷんつき	たまねぎ にんじん トマト	酢 塩 こしょう 赤ワイン			
18 月	にくやさしいため	あぶら	ぶたにく	キャベツ もやし たまねぎ にんじん いら	スープストック 塩 こしょう	15%	あぶら	ポイルブロッコリー		ブロッコリー	塩				
	れいとうパン		パン				あぶら じゃがいも こめこ	コーンクリームスープ	ベーコン ぎゅうにゅう	たまねぎ コーン クリームコーン パセリ	スープストック 塩 こしょう	16%			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			635	○印は、はしを持ってく日です 忘れずに持ってきましょう				給食回数 13回	学校給食摂取基準 たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%	エネルギー 650 kcal	4月平均摂取量 622 kcal	26.6g(17.1%)
	さんしょくそぼろどん	こめ	とりにく	にんじん ほししいたけ しょうが	酒 しょうゆ	29.5	*材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、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。 【肉・青果等の産地(令和3年度3月分)】使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内小学校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。 豚肉: 鶏肉: にんじん: たまねぎ: じゃがいも: ねぎ: キャベツ: ほうれんそう: れんこん: いら: だいこん: チンゲン菜: きゅうり: かぶ:								
19 火	きんしたまご	ごま ごまあぶら	きんしたまご	ほうれんそう もやし	しょうゆ	19%	ご入学・ご進級おめでとうございます。 給食は、準備から食事、片づけまでの実践を通して、望ましい食習慣と食に関する実践力が身につくようになります。								
	あさりのみそしる	あさり とらふ みそ	だいこん ねぎ	かつおさばだし			学校給食の7つの目標								
	【1年生給食開始】					585	鴻巣市では、児童が心身ともに健やかに育つために、多様な食品を組み合わせ、栄養バランスのよい献立を提供します。 主食は、ご飯が週3回、パンと麺類があわせて週2回の割合です。おかずが単調にならないように、煮物、焼き物、炒め物、揚げ物、蒸し物、汁物を組み合わせています。また、地元のお米や野菜を使用し、季節の行事食や日本各地の郷土料理、世界の料理を味わえるように工夫しています。								
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			25.5	令和4年度の給食について 1学期 4月12日(火)~ 7月15日(金) *1年生は4月18日(月)に牛乳給食、4月19日(火)から完全給食です。 2学期 8月31日(水)~12月21日(水) 3学期 1月12日(木)~ 3月20日(月) 給食費は日額266円、月額4,500円です。								
20 水	ハンバーグのケチャップソースかけ	あぶら さとう	ハンバーグ	にんじん マッシュルーム	ケチャップ 中濃ソース 赤ワイン	17%	献立表の見方について								
	コーンポテト	あぶら じゃがいも	とりにく	にんじん たまねぎ キャベツ	塩 こしょう	14%	ぎゅうにゅう								
	アルファベットスープ	マカロニ あぶら	とりにく		スープストック 塩 こしょう		12 火								
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			654	その日の献立名です								
21 木	カレーライス	あぶら パター ごまごこ じゃがいも	ぶたにく スキムミルク	しょうが にんにく たまねぎ にんじん すりおろしりんご いためたまねぎ	カレー粉 スープストック こしょう ケチャップ ウスターソース 塩	22.2	左の料理ごとに、使われている主な食材が分かれて記載されています。調味料もご覧になると、料理のイメージがしやすく、オイスターソースやデミグラスソースなど、アレルギー食品についてもわかりやすくなっておりますので、ご利用ください。								
	フルーツヨーグルト		ヨーグルト	パイナップル みかん おとう りんご		24.1									
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			599									
	たかなごはん	こめ おおむぎ ごま あぶら	きんしたまご	たかなづけ にんじん	みりん しょうゆ 酒 塩	24.1									
22 金	まびなごカリカリフライ(低2こ・高3こ)	あぶら	まびなごカリカリフライ			16%									
	さつま汁(鹿児島県の郷土料理)	あぶら	とりにく あつあげ みそ	にんじん だいこん ごぼう ほししいたけ ねぎ こんにゃく	かつおさばだし										
	くだもの		くだもの			626									
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			30.1									
22 金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			626									
	ごはん	こめ				26.9									
	さわらのさいきょうやき	さわらのさいきょうづけ				18%									
22 金	だいきのいそに	さとう あぶら	とりにく さつまあげ だいき ひじき	ごぼう にんじん こんにゃく	しょうゆ みりん	19%									
	ちゃんこじる		にくだんご あぶらあげ	キャベツ にんじん もやし ねぎ	塩 しょうゆ みりん かつおさばだし										