



4月献立予定表 (後半)



さつま町立宮之城学校給食センター

日	こんだて名 (②牛乳は毎日つきます)			あかのたべもの	きいろのたべもの	みどりのたべもの	(小学校) エネルギー たんぱくしつ (中学校)
	主食	おかず	③汁わん ④⑤⑥⑦小皿	ちやく、ほねの もとなる	ねつやちからに なるもの	からだのちょうしを ととのえる	
18月	①ごはん 	③みそ汁 ④ぶりおろし煮 ⑤菜の花のあえもの		②ぎゅうにゅう③あつあげ、あぶらあげ、わかめ④ぶり、だいず	①こめ③じゃがいも④さとう、でんぶん、こむぎ⑤こま	③にんじん、ほくさい④だいこん⑤なのはな、きゅうり、たけのこ、だいこん	607 Kcal 26.4 g 744 kcal 31.7 g
19火	①クロワッサン 	③スパゲティナポリタン ④フレンチサラダ ⑤黒糖ビーンズ		①たまご②ぎゅうにゅう③ぶたにく、ベーコン、チーズ④だいず	①パン③スパゲティ、あぶら④さとう、あぶら⑤くろざとう	③にんじん、グリーンピース、たまねぎ、しめじ④キャベツ、きゅうり、レタス	689 Kcal 24.4 g 769 kcal 27.4 g
20水	①ちらし寿司 (1食のみ) 	③若竹汁 ④田楽		①たまご、さつまあげ、だいず、のり②ぎゅうにゅう③あぶらあげ、とうふ、わかめ⑤ちくわ	①こめ、むぎ、さとう、でんぶん、あぶら、こむぎ④ピーマン⑤こんにやく、こま、さとう	①きぬさや、かんぴょう、ごぼう、しょうが、エリンギ③たけのこ、にんじん、ねぎ	607 Kcal 23.4 g 743 kcal 28.7 g
21木	①ごはん 	③筑前煮 ④きびなこの天ぷら ⑤いちご (小2コ中3コ)		②ぎゅうにゅう③とりにく、あつあげ④きびなご	①こめ③じゃがいも、さとう、あぶら④こむぎ、でんぶん、だいずあぶら	③たまねぎ、にんじん、インゲン、だいこん、しいたけ⑤いちご	661 Kcal 24.9 g 819 kcal 30.8 g
22金	①ごはん 	③さつま汁 ④高野豆腐の卵とじ		②ぎゅうにゅう③とりにく、とうふ④こうやどうふ、ぶたにく、たまご	①こめ③さといも④さとう	③にんじん、にら、たけのこ、ごぼう④ピーマン、ほうれんそう、たまねぎ、キャベツ、えのきたけ	600 Kcal 26.3 g 742 kcal 32.4 g
25月	①(麦)ごはん 	③じゃがいものみそ汁 ④そぼろごはん		②ぎゅうにゅう③わかめ④とりにく、たまご、だいず	①こめ、むぎ③じゃがいも④さとう、あぶら、でんぶん、こむぎ	③にんじん、ねぎ、しめじ④しょうが、きぬさや	647 Kcal 26.3 g 801 kcal 32.0 g
26火	①食パン 	③洋風スープ ④カレービーンズ		②ぎゅうにゅう③とりにく④だいず、ぎゅうにく、だっしふんにゅう、チーズ、なまクリーム	①パン③さつまいも、あぶら④あぶら	③にんじん、ほうれんそう、キャベツ、たまねぎ、セロリ④にんじん、たまねぎ、そらまめ、にんにく	597 Kcal 25.1 g 745 kcal 30.9 g
27水	①ごはん 	③麻汁 ④蛙のムニエル ⑤海藻のサラダ		②ぎゅうにゅう③ぶたにく、とうふ④さけ⑤きわかめ、こんぶ、とさかのり、つまた、キリンサイ	①こめ③さといも、こんにやく、あぶら④こむぎ⑤バター、あぶら⑥さとう、あぶら	③にんじん、ごぼう、だいこん、ねぎ⑥パプリカ、きゅうり、レタス、ねぎ	621 Kcal 26.4 g 766 kcal 32.8 g
28木	①ごはん 	③炒り豆腐 ④おひたし		②ぎゅうにゅう③とうふ、とりにく、ちくわ、たまご	①こめ③さとう、あぶら④さとう	③にんじん、にら、たまねぎ、グリーンピース④ほうれんそう、キャベツ	626 Kcal 25.9 g 772 kcal 31.7 g

※献立名の番号について・・・使用食品(あか・きいろ・みどり)項目に献立名と同じ番号の次に書いている食品を使っています。

例：④ぶりおろし煮・・・あか(④ぶり、だいず) きいろ(④さとう、でんぶん、こむぎ) (④だいこん)

※下線は、アレルギー食品が含まれていることを示しています。



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、共同の精神を養うこと。



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。

