



4月分 学校給食献立予定表

日曜	こんだて			食品名			熱量 (Kcal)	たん白質 (g)	
	主食(添加物)	牛乳	おかず	黄 働く力や熱になる食品	赤 血や骨や肉になる食品	緑 体の調子を整える食品			
12 火	ツイストパン	シヨア	コーンクリームスープ 鶏肉のアップルソースかけ 水菜とツナのサラダ ★卓上マヨしょうゆドレッシング	ツイストパン、米油、 バター、小麦粉、きび ざとう	シヨア、鶏ひき肉、牛 乳、鶏切り身、レトルト ツナ	たまねぎ、ホールコーン、コー ンペースト、パセリ、生姜、に んじん、にんにく、アップルソ ース、 水菜 、きゅうり、キャベ ツ	694 869	29.2 35.0	
13 水	埼玉産 地粉うどん	○	かけ汁 ささかまの磯辺あげ 変わりおひたし	地粉うどん、きびざと う、米油、小麦粉、こ ま油	牛乳、豚小間、油揚げ、 なると、ささかまぼこ、 あおのり、ショルダーハ ム、糸けずりぶし	にんじん、たまねぎ、長ねぎ、 こまつな 、 ほうれんそう 、キャ ベツ、ホールコーン	669 820	29.5 36.3	
14 木	麦ごはん	○	ポークカレー 小松菜と桜えびのオイスター炒め 福神漬	麦ごはん、米油、じゃ がいも	牛乳、豚小間、スキムミ ルク、桜えび、白ちくわ	にんにく、たまねぎ、にんじ ん、セロリ、 チンゲンサイ 、 こ まつな 、福神漬	686 869	22.3 26.9	
15 金	ごはん	○	新じゃがいものそぼろ煮 さわらみそかす漬け焼き 手作り鮭ふりかけ みしょうかん	ごはん、米油、新じゃ がいも、きびざとう、 白いりごま	牛乳、豚ひき肉、さわら みそかす漬け、鮭フレ ーク、ちりめんじゃこ、あ おのり	生姜、にんじん、たまねぎ、こ んにやく、さやいんげん、み しょうかん	668 798	27.7 33.0	
18 月	ごはん	○	中華風春雨スープ いかのチリソースかけ キムたくご飯の具	ごはん、でん粉、ごま 油、春雨、米油、きび ざとう	牛乳、鶏小間、ショルダ ーハム、いか、豚ももせ ん切り肉	にんじん、たけのこ、生姜、ホ ールコーン、キャベツ、長ね ぎ、にんにく、たまねぎ、はく さいキムチ、つぼ漬け、万能ね ぎ	665 790	28.8 33.4	
19 火	わかめごはん	○	豚汁 めばるの白しょう油焼き ピリカラきゅうり ●いちごゼリー	わかめごはん、米油、 じゃがいも、ごま油	牛乳、豚小間、赤みそ、 白みそ、めばるの白しょ う油漬け	ごぼう、にんじん、だいこん、 たまねぎ、こんにやく、長ね ぎ、きゅうり、茎わかめ入りご ぶ漬け、いちごゼリー	642 808	26.8 32.7	
20 水	こどもパン スライス	○	ABCマカロニスープ ハンバーグの マッシュルームソースかけ チーズポテト	こどもパン、アルファ ベットマカロニ、米 油、きびざとう、じゃ がいも	牛乳、鶏小間、ハンバー グ、ベーコン、プロセス チーズ	にんじん、たまねぎ、キャベ ツ、ホールコーン、 ほうれんそ う 、セロリ、マッシュルーム、 パセリ	636 831	25.1 31.6	
21 木	ごはん	○	かきたま汁 手作りささみカツ きんぴらごぼう ★卓上ソース	ごはん、でん粉、小麦 粉、パン粉、米油、白 いりごま、ごま油、き びざとう	牛乳、鶏小間、なると、 卵、ささみ切り身、さつ ま揚げ	たまねぎ、長ねぎ、 こまつな 、 ごぼう、にんじん、さやいんげ ん	657 796	29.4 35.5	
22 金	デニッシュ ペストリー	○	ソース焼きそば えびシュウマイ (2個) あんにん豆腐	デニッシュペストリ ー、むし中華麺、米 油、あんにん豆腐	牛乳、豚小間、なると、 あおのり、えびシュウマ イ	にんじん、たまねぎ、もやし、 キャベツ、みかん缶、パイン 缶、白桃缶	714 869	23.6 28.5	
25 月	ごはん	○	キャベツとベーコンのスープ チキンのピカタ シーフードピラフの具 みしょうかん	ごはん、米油、小麦 粉、焼き用マヨネ ーズ、バター	牛乳、ベーコン、鶏切り 身、卵、シーフードミッ クス (えび・いか・ほた て)	にんじん、たまねぎ、キャベ ツ、さやえんどう、生姜、マッ シュルーム、ホールコーン、パ セリ、みしょうかん	681 822	27.2 32.6	
26 火	コッペパン スライス	シ ュ ー ル ー ム ス 	春野菜のクリーム煮 ロングウインナーの ケチャップかけ アスパラとコーンのサラダ ★卓上マヨネーズ	コッペパン、米油、 じゃがいも、小麦粉、 バター、きびざとう、 パンネマカロニ、マヨ ネーズ	鶏もも角切り肉、牛乳、 生クリーム、ロングウイ ンナー	みかんジュース、たまねぎ、に んじん、 かぶ 、マッシュルー ム、さやえんどう、セロリ、グ リーンアスパラガス、ホールコ ーン、赤ピーマン	736 907	19.0 23.9	
27 水	中華麺	○	もやしラーメン汁 春巻き 海そうサラダ ●プリン ★卓上中華ドレッシング	中華麺、米油、きびざ とう、でん粉、ごま油	牛乳、豚小間、なると、 春巻き、海そうミック ス、プリン	キャベツ、にんにく、生姜、に んじん、メンマ、もやし、長ね ぎ、にら、きゅうり	694 815	25.7 30.2	
28 木	ごはん	○	若竹汁 豚肉の生姜炒め 源氏豆	ごはん、玉ふ、でん 粉、米油、きびざと う、白いりごま	牛乳、鶏小間、なると、 わかめ、豚肩ロース肉、 大豆	たまねぎ、生たけのこ、長ね ぎ、生姜、にんにく、赤ピーマ ン	677 818	28.0 33.3	
13回	※献立は材料の都合で若干変更もあります。 ★印は、クラスに1本ずつ配ります。●印は、学校直送です。 今月使用予定の三芳町でとれた食品は、 太字 で記載してあります。						平均栄養量	678 832	26.3 31.8
							基準栄養量	640 820	24.0 30.0

給食だより

ご入学・ご進級 おめでとうございます。

学校教育の一環として行われる
学校給食には、以下のような
目標が定められています。

学校給食の目標

成長期にふさわしい栄養で健康づくり

食事の大切さを知り、よい食方を学ぶ

マナーを守り、助け合って楽しく食べる

自然が育む命の恵みに感謝する

食を通してつながるさまざまな人々への感謝

国や各地域に伝わる優れた食文化の理解

食を通して社会のしくみを学ぶ

三芳町の給食の特色

手作り給食で家庭的に
シチューのルーや料理のソースを手作り
カットからあげも1こ1つ衣をつけて揚げています。

安全な食品
合成添加物は極力避け、安心・安全なものを使用
ハム・ウインナー類、練り製品、冷凍食品、国産野菜、果物など

献立に季節感を
旬の野菜や果物・魚を使用し
季節感のある献立を心がける

天然出汁で味覚を育てる
厚削り節、昆布、鶏がらなど

お楽しみ給食
「食」に関心をもち、
みんなで楽しく、バ
イキング給食の実施

地元の野菜を使用
新鮮な野菜のおいしさや旬を
知る郷土への愛着と生産者への理解を深める
かぶ、にんじん、小松菜、ごぼう、ほうれん
草、だいこんなど

和風献立を
煮物や和え物、魚などを取り入れ
生活習慣病の予防や伝統食を伝える。

けんこうな
からだ