



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	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			
11 水	埼玉産 地粉うどん	○	わかめうどん汁 ちくわの元気揚げ (小1個・中2個) 三芳産ほうれん草とツナの和え物	地粉うどん、小麦粉、 米油、白すりごま、き びざとう	牛乳、鶏小間、油揚げ、わ かめ、カットちくわ、まぐ ろ油漬け	にんじん、干しいたけ、たけの こ、長ねぎ、パセリ、たまねぎ、 ほうれん草、キャベツ	598 780	25.8 33.5	
12 木	ごはん	○	ニラたまスープ みそだれ焼き肉 ゆず大根	ごはん、でん粉、米 油、きびざとう、ごま 油	牛乳、鶏小間、木綿豆腐、 かまぼこ、卵、豚小間、赤 みそ	にんじん、たまねぎ、えのきだ け、ニラ、生姜、にんにく、長ね ぎ、キャベツ、ゆず大根	636 776	28.5 35.3	
13 金	フラワーロール	○	三芳産にんじん入りポタージュ 白身魚フライ 水菜とささみのソテー ★卓上ソース	フラワーロール、米 油、バター、小麦粉	牛乳、ベーコン、鶏小間、 粉チーズ、生クリーム、白 身魚フライ、ささ身	にんじん、たまねぎ、にんじん ペースト、パセリ、生姜、ホールコ ーン、キャベツ、水菜	654 818	23.1 27.9	
16 月	ごはん	○	糸みつ葉となめこのみそ汁 さわらのみぞれあんかけ 三芳産小松菜のごま和え ●ヨーグルト (中学のみ)	ごはん、米油、きびざ とう、でん粉、白すり ごま	牛乳、鶏小間、油揚げ、木 綿豆腐、赤みそ、白みそ、 さわらでん粉付き、ヨーグ ルト (中学のみ)	たまねぎ、なめこ、糸みつば、だ いこん、万能ねぎ、こまつな、に んじん、もやし	622 828	26.4 34.9	
17 火	菜めし	○	三芳産チンゲン菜入り 和風ポテトボールスープ 鶏肉の照り焼き 春キャベツのサラダ	菜めし、米油、ポテト ボール、きびざとう	牛乳、豚小間、油揚げ、鶏 切り身	にんじん、しめじ、長ねぎ、 チン ゲンサイ 、生姜、春キャベツ、 きゅうり	644 801	26.4 31.2	
18 水	中華麺	○	コーン入りみそラーメン汁 アメリカンドッグ 水菜と茎わかめのサラダ ★卓上トマトケチャップ	中華麺、米油、黒砂 糖、ミックスパウダ ー、きびざとう	牛乳、豚小間、なると、赤 みそ、フランクフルト、く さわかめ、ささ身	にんにく、生姜、メンマ、にんじ ん、もやし、ホールコーン、長ね ぎ、たまねぎ、水菜、キャベツ	700 861	27.8 33.9	
19 木	ごはん	○	新じゃがいものそぼろ煮 厚焼きたまご ごぼうとちくわのみそ炒め	ごはん、米油、新じゃ が芋、きびざとう、白 すりごま、芝麻醬	牛乳、豚ひき肉、厚焼きた まご、白ちくわ、白みそ	生姜、にんじん、たまねぎ、こん にゃく、さやいんげん、ごぼう	669 811	23.0 27.5	
20 金	こどもパン スライス	○	ABCマカロニスープ ハンバーグのデミグラスソースかけ パリジャンツナサラダ	こどもパン、アルファ ベットマカロニ、米 油、きびざとう	牛乳、鶏小間、ハンバー グ、まぐろ油漬け	にんじん、たまねぎ、マッシュル ーム、ほうれん草、セロリ、ホ ールコーン、キャベツ、赤ピーマ ン、きゅうり	581 767	25.7 33.1	
23 月	ごはん	○	三芳産かぶのみそ汁 めばるの白醤油焼き 三芳産ほうれん草の ひじき入りおひたし ●お祝いいちごゼリー	ごはん、米油	牛乳、鶏小間、油揚げ、木 綿豆腐、赤みそ、白みそ、 めばるの白醤油漬け、ショ ルダーハム、ひじき、糸け ずりぶし	たまねぎ、かぶ、ほうれん草、 にんじん、もやし、お祝いいちご ゼリー	632 763	28.8 34.8	
24 火	麦ごはん	○	チキンカレー いんげんとパンネのソテー 福神漬	麦ごはん、じゃがい も、米油、パンネマカ ロニ	コーヒーミルク、鶏もも角 切り肉、スキムミルク、 ショルダーハム	にんにく、たまねぎ、にんじん、 セロリ、赤ピーマン、さやいんげ ん、福神漬	768 986	23.7 29.4	
25 水	ごはん	○	さくらかまぼこのすまし汁 鶏のから揚げ (小1個・中2個) たけのこごはんの具	ごはん、春雨、米油、 でん粉、黒砂糖	牛乳、かまぼこ (桜型)、 鶏切り身、鶏小間、油揚げ	たまねぎ、しめじ、えのきだけ、 水菜、生姜、にんじん、干しい たけ、生たけのこ、さやえんどう	641 810	24.0 30.0	
26 木	ごはん	○	豆腐とアスパラのスープ ニラもやし炒め 源氏豆	ごはん、でん粉、米 油、ごま油、きびざと う、白いりごま	牛乳、鶏小間、木綿豆腐、 かまぼこ、豚小間、大豆	にんじん、たまねぎ、しめじ、グ リーンアスパラガス、もやし、 キャベツ、木くらげ、ニラ	645 783	28.3 33.9	
27 金	ソフトフランス パンスライス	○	春野菜のクリーム煮 フランクのミートソースかけ みしょうかん (小1個・中2個)	ソフトフランスパン、 米油、じゃがいも、小 麦粉、バター、きびざ とう	牛乳、鶏もも角切り肉、生 クリーム、フランクフル ト、豚ひき肉	たまねぎ、にんじん、かぶ、ホ ールコーン、さやえんどう、セロ リ、みしょうかん	701 876	24.0 28.9	
13回	<p>※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。</p>						平均栄養量	653 820	25.8 31.9
						基準栄養量	640 820	24.0 30.0	

給食だより

入学・進級おめでとございます

小学1年生のみなさんへ
こんげつ20日(金)から
きゅうしょくがはじまります。
たのしいきゅうしょくの
じかにしましょう。

三芳町の給食の特色

うらかな春の日差しが心地よい季節となりました。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、給食センター一同、安心・安全に留意し、心を込めておいしい給食を作っていきます。1年間よろしくお願ひいたします。

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。

<p>学校給食の目標</p>	<p>成長期にふさわしい栄養で健康づくり</p>	<p>食事の大切さを知り良い食べ方を学ぶ</p>	<p>マナーを守り、助け合って楽しく食べる</p>
<p>自然が育む命の恵みに感謝する</p>	<p>食を通してつながる様々な人々への感謝</p>	<p>国や各地域に伝わる優れた食文化の理解</p>	<p>食べ物を通して社会の仕組みを学ぶ</p>

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しています。カツやから揚げも1つ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・安全なものを使用しています。ハム・ウインナー類、練り製品、冷凍食品、野菜・果物等、可能な限り国産の食品を使用しています。

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ています。

天然出汁で味覚を育てる
厚削り節、昆布、鶏ガラなどで毎日出汁をとっています。

和風献立を
ごはんを主食とし、日本伝来の煮物や和え物、魚料理などを取り入れ、伝統食を伝えます。

地元の野菜を使用
三芳産の新鮮な野菜を使用することで、旬のおいしさを知り、郷土への愛着と生産者への理解が深まるようにしています。
さつまいも、里芋、かぶ、にんじん、小松菜、ごぼう、ほうれん草、だいこん、水菜、えだまめ、モロヘイヤ、白菜、チンゲン菜、じゃがいも

お楽しみ給食
「食」に関心をもち、みんなで楽しく食べるために、バイキング給食(小学6年生)を実施しています。

けんこうなからだ

※「主な使用食材の産地」「放射性物質測定結果」については、ホームページ (www.town.saitama-miyoshi.lg.jp/study/committee/gakkou_kyuusyoku.html) をご覧ください。