

が つ こ う き ゆ う し ゃ く よ て い こ ん だ て ひ ゃ う  
**学校給食予定献立表**



平成29年4月分

小鹿野町学校給食センター

日 曜	こ ん だ て			ねつちから 熱や力のもとに なる食品	ちにくほねは 血や肉、骨や歯に なる食品	ちょうし からだの調子をとと のえる食品	エネルギー - kcal	たんぱく - g
	主食・パンにつけるもの	牛乳	お か ず					
12 水	こどもパン スライス	牛 乳	①ハンバーグ ②ワントンスープ ③コンビネーションサラダ	パン、あぶら、こむぎこ、さとう、ドレッシング、ワントン	ぎゅうにゅう、ハンバーグ、ぶたにく、チーズ	にんじん、玉ねぎ、キャベツ、ほうれん草、もやし、きゅうり、とうもろこし	674 865	23.0 31.8
13 木	ごはん	牛 乳	①ビーフカレー ②海草サラダ ③ヨーグルト	ごはん、あぶら、カレー、じゃがいも、さとう、ごまあぶら	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、海草、ヨーグルト、生クリーム	にんじん、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、とうもろこし、にんにく、しょうが	757 955	25.1 34.2
14 金	じごな 地粉うどん	牛 乳	①きつねうどんつけ汁 ②ごま大学フライ ③きんぴら	うどん、あぶら、ごま、こむぎこ、さとう、さつまいも	ぎゅうにゅう、とり、油あげ、さつまあげ	にんじん、長ねぎ、ほうれん草、ごぼう、しいたけ	688 831	21.8 29.3
17 月	まいたけ ごはん	牛 乳	①さんまの塩焼き ②だいこんのあさづけ ③ミルクパバロア	ごはん、あぶら、さとう	ぎゅうにゅう、さんま、とりにく、油あげ	にんじん、まいたけ、ごぼう、キャベツ、だいこん、えだまめ	652 830	30.3 37.4
18 火	ごはん	牛 乳	①さばのみそ煮 ②ぶた肉とだいこんの煮もの ③ごぼうサラダ	ごはん、あぶら、さとう、じゃがいも、さといも、ドレッシング	ぎゅうにゅう、ぶたにく、さば、ツナ	にんじん、だいこん、ごぼう、きゅうり、長ねぎ、こんにゃく	680 871	26.1 35.9
19 水	コッペパン クリーム	牛 乳	①チキンナゲット 小2コ、中3コ ②コーンスープ ③ほうれん草とコーンのソテー	パン、あぶら、さとう、こむぎ、クリーム、じゃがいも	ぎゅうにゅう、とりにく、ウインナー	にんじん、ほうれん草、とうもろこ、玉ねぎ、グリーンピース	662 868	24.9 34.3
20 木	わかめ ごはん	牛 乳	①チキンちぎりあげ小2コ、中3コ ②みそしる ③ツナサラダ	ごはん、あぶら、さとう、こむぎこ、じゃがいも、ドレッシング	ぎゅうにゅう、とうふ、油あげ、とりにく、みそ、わかめ	にんじん、きゅうり、キャベツ、長ねぎ、とうもろこし、	652 838	30.3 35.1
21 金	マーブル 食パン	牛 乳	①ほうとう ②マグロのたつたあげ ③ほうれん草のごまあえ	パン、あぶら、さとう、うどん、こむぎこ、ごま	ぎゅうにゅう、とりにく、みそ、マグロ、油あげ	にんじん、かぼちゃ、だいこん、はくさい、長ねぎ、ほうれん草、キャベツ	662 848	24.5 32.8
24 月	ふかがわ 深川めし	牛 乳	①さばのなんばんづけ ②根菜(こんさい)サラダ	ごはん、あぶら、さとう、ごま、でんぱん	ぎゅうにゅう、油あげ、あさり、さば、さつまあげ	にんじん、ごぼう、レンコン、とうもろこし、しょうが、長ねぎ	671 867	25.1 34.4
25 火	ごはん	牛 乳	①酢豚(すぶた) ②春雨サラダ ③ふりかけ	ごはん、あぶら、でんぱん、さとう、はるさめ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりにく、	にんじん、玉ねぎ、ピーマン、たけのこ、キャベツ、しいたけ、きゅうり	644 831	22.4 31.1
26 水	ツイストパン	牛 乳	①パリツオーネ ②ポークビーンズ ③グリーンサラダ	パン、あぶら、さとう、こむぎこ、じゃがいも	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいず	にんじん、玉ねぎ、きゅうり、ピーマン、トマト、ヤングコーン、キャベツ	637 849	24.0 33.8
27 木	チキンライス	牛 乳	①肉じゃがコロツケ ②せんキャベツ ③わかめスープ	ごはん、あぶら、こむぎこ、じゃがいも、バター、ごま	ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、わかめ	にんじん、玉ねぎ、とうもろこし、マッシュルーム、ピーマン、もやし、キャベツ	672 861	20.1 27.9
28 金	ちゅうかめん	牛 乳	①みそラーメンつけ汁 ②揚げギョウザ 小2コ、中3コ ③ほうれん草のナムル	ちゅうかめん、あぶら、こむぎこ、さとう	ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ	にんじん、玉ねぎ、もやし、キャベツ、きゅうり、ほうれん草、にんにく	685 880	23.3 32.3

◆ こんだて ざいりょう つごう へんこう ばあい  
 献立は、材料やその他の都合で変更する場合があります。





