

# 4月 学校給食献立予定表

**A**  
コース

東小・仁手小・中央小  
西小・旭小・北泉小学校

日・曜日	飲料	料理名	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	1人1食 [kcal]	蛋白質 [g]
12 水	牛乳	ごはん 中華スープ 揚げギョーザ② 中華丼の具	牛乳 ベーコン 豆腐 ギョーザ 豚肉 生揚げ イカ えび	ごはん 油 片栗粉	人参 コーン <b>ねぎ</b> えのき チンゲンサイ しょうが 玉ねぎ 干しいたけ たけのこ キャベツ	682	24.3
13 木	牛乳	ごはん もずく汁 鯖のみそ焼き ひじきのそぼろ煮 カット甘夏	牛乳 糸かまぼこ もずく 豆腐 さば みそ 鶏肉 ひじき	ごはん 三温糖 油	人参 小松菜 しょうが 枝豆 甘夏	665	28.8
14 金	牛乳	中華麺 しょうゆラーメン 春巻き 海藻サラダ	牛乳 豚肉 春巻き くきわかめ わかめ とさかのり	中華麺 油 玉ねぎドレッシング	しょうが にんにく 人参 <b>もやし</b> <b>ねぎ</b> メンマ こんにゃく コーン キャベツ なら	631	23.7
17 月	牛乳	わかめごはん じゃがいものみそ汁 鶏肉のから揚げ ごま和え	わかめ 牛乳 油揚げ みそ 鶏肉	ごはん じゃがいも 片栗粉 油 ごま 三温糖	玉ねぎ 人参 <b>ねぎ</b> しょうが <b>もやし</b> キャベツ 小松菜	711	26.5
18 火	牛乳	バターロール キャベツスープ 焼きウインナー② ナポリタン	牛乳 ウインナー ベーコン	バターロール 油 スパゲッティ オリーブ油	人参 キャベツ コーン ほうれん草 にんにく ピーマン トマト 玉ねぎ	671	24.3
19 水	牛乳	ごはん ボークカレー 星のオムレツ ひじきサラダ	牛乳 豚肉 鶏卵 ひじき ツナ	ごはん 油 じゃがいも 野菜いっぱいドレッシング	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 チャッネ キャベツ アップルソース	689	24.0
20 木	牛乳	茶飯 みそけんちん汁 あじフライ(ソース) たけのこごはんの具 カット河内挽柑	牛乳 豆腐 油揚げ みそ あじ 鶏肉	ごはん 茶めしの素 油 さといも 三温糖 パン粉	人参 ごぼう 大根 こんにゃく <b>ねぎ</b> 干しいたけ たけのこ グリーンピース 河内挽柑	736	27.8
21 金	牛乳	地粉うどん 山菜うどん 桜えびのかき揚げ 上里小松菜のおひたし フルーツミックスゼリー	牛乳 豚肉 油揚げ 桜えび	地粉うどん 油 フルーツミックスゼリー 薄力粉	人参 たけのこ わらび しめじ まいたけ えのき 玉ねぎ <b>もやし</b> 小松菜 <b>ねぎ</b>	707	23.4
24 月	ヨーグルト	ごはん 若竹汁 鮭のレモン風味焼き 肉じゃが	飲むヨーグルト 糸かまぼこ わかめ さけ 豚肉	ごはん 油 じゃがいも 三温糖	人参 たけのこ ほうれん草 玉ねぎ こんにゃく いんげん レモン	606	28.7
25 火	牛乳	ツイストパン 春野菜スープ 鶏肉のトマトソース ほうれん草ときのこのソテー お祝いゼリー	牛乳 鶏肉	ツイストパン パン粉 オリーブ油 三温糖 片栗粉 バター お祝いゼリー	人参 玉ねぎ キャベツ 小松菜 にんにく 枝豆 トマト パセリ コーン しめじ ほうれん草	630	26.7
26 水	牛乳	ごはん あさりと生揚げのみそ汁 カレーコロッケ 切干大根のサラダ ひじきのり	牛乳 あさり 生揚げ みそ ひじきのり おから 鶏肉	ごはん パン粉 油 ごまドレッシング	人参 えのき <b>ねぎ</b> 小松菜 切干大根 キャベツ じゃがいも 玉ねぎ	679	23.5
27 木	牛乳	ごはん 本庄玉ねぎのみそ汁 ハムカツ(ソース) 上州きんぴら	牛乳 油揚げ わかめ みそ ハム	ごはん 薄力粉 パン粉 油 三温糖 ごま ごま油	<b>玉ねぎ</b> 小松菜 ごぼう こんにゃく いんげん 人参	689	24.5
28 金	牛乳	中華麺 ごまみそラーメン えびの水晶包み② 春雨サラダ	牛乳 豚肉 みそ えび	中華麺 ごま油 ごま 緑豆はるさめ 中華ドレッシング	しょうが にんにく 人参 <b>もやし</b> コーン <b>ねぎ</b> なら キャベツ <b>きゅうり</b>	686	26.2
材料入荷による多少の変更はご了承ください						平均 676	平均 25.6
給食回数 13回						基準 640	基準 24.0

# 4月給食たより

本庄上里学校給食センター



## ご入学・ご進級おめでとうございます



新学期を迎え、子ども達は希望とやる気に満ちていることでしょう。4月の給食は12日から、小学校1年生は17日から始まります。給食センターではおいしくて安全な給食を通して、子ども達の心と体の健康を支えていきますので、よろしくお願いします。

### 本庄上里学校給食センターについて

- (1)所在地 本庄市小島南1-8-1  
小学校 13校(旧本庄市8校・上里町5校)  
中学校 5校(旧本庄市3校・上里町2校)
- (2)職員構成(平成29年4月1日現在)  
事務4名、栄養教諭・栄養士等4名  
アレルギー対応給食調理員2名  
(株)東洋食品 委託調理員等 約70名



### 献立の内容について

- ◎一汁二菜を基本としています。
- 【主食】
  - ・ご飯・・・週3回(お米は児玉郡市産の「キヌヒカリ」を給食センターの炊飯室で炊いています。
  - ・パン、麺・・・週1回
- 【牛乳】 小学校・中学校200ml  
※中学校は6～10月は250mlです。
- 【給食費について】
  - 小学校 月額：3,900円(4月のみ3,990円)
  - 中学校 月額：4,830円(4月のみ4,870円)
- \*給食費は小・中学校191回(年間給食実施回数)を基本とした年間の食材費をもとに、月額で徴収させていただきます。(8月を除く11ヶ月)
- \*給食費は全額食材費に充てられます。
- 【おねがい】  
給食費の未納は、不公平が生じるとともに学校給食の円滑な運営に支障をきたしますので、銀行口座の残高を確認し、期限内のお支払いをお願いいたします。



### こんなことに気をつけて作っています

<b>栄養バランス</b> 	<b>おいしく魅力ある献立作り</b> 	<b>行事食や郷土料理の伝承</b> 
<b>旬の食材や地場産物の活用</b> 	<b>食品の安全性</b> 	<b>衛生的な調理</b> 

### 4月の献立より



- 13日 もずく汁  
もずくの旬は春。つるつるとした食感が楽しめます。
- 24日 若竹汁  
春が旬のたけのことわかめのすまし汁です。
- 25日 鶏肉のトマトソース  
焼いた鶏肉に給食センター自慢の手作りソースをかけます。
- 27日 本庄玉ねぎのみそ汁  
本庄産の新玉ねぎを使用したみそ汁です。
- 27日 ハムカツ  
給食センターで1枚1枚手作りする人気メニューです。

## ホームページをぜひご覧ください!

給食センターのホームページでは、給食写真を毎日更新しています。(写真はAコースの献立)また、明細献立、アレルギー情報、人気メニューのレシピ、食材の産地等、様々な情報を提供しております。ツイッターやフェイスブックでも調理中の写真や食材についてなど、給食に関するいろいろな情報を発信しています。



ホームページアドレス  
<http://www.kyuushoku.jp>  
「本庄上里学校給食センター」でも検索できます



### 栄養相談日

- 日時 4月26日(水)  
午後1:30~4:00まで
- 場所 本庄上里学校給食センター  
☎0495(24)2621
- 食物アレルギー等でご相談のある方はお気軽にお越し下さい