

4月 学校給食献立予定表 Aコース

東小・中央小・南小
藤田小・北泉小学校

日・曜日	飲料	料理名	体をつくる (赤)	エネルギーになる (黄)	体の調子を整える (緑)	1食分 - [kcal]	蛋白質 [g]
10 水	牛乳	茶飯 すまし汁 メンチカツ たけのこごはんの具	牛乳 かまぼこ わかめ メンチカツ 鶏肉 油揚げ	茶飯 油 三温糖	人参 えのき ほうれん草 干しいたけ たけのこ グリーンピース	678	26.6
11 木	牛乳	ごはん 野菜碗 豆腐ハンバーグ和風ソース 小松菜とツナのサラダ	牛乳 油揚げ みそ ツナ 豆腐ハンバーグ	ごはん じゃがいも 三温糖 玉ねぎドレッシング	人参 大根 ごぼう こんにゃく しょうが 玉ねぎ 小松菜 キャベツ コーン	619	22.8
12 金	牛乳	肉うどん ちくわの磯辺揚げ 上州きんぴら	牛乳 豚肉 なると 焼ちくわ 青のり	地粉うどん 薄力粉 片栗粉 油 三温糖 ごま ごま油	しょうが 人参 まいたけ ねぎ いら ごぼう こんにゃく いんげん	600	23.9
15 月	牛乳	ごはん 小松菜のみそ汁 鮭の塩焼き じゃがいもの磯煮	牛乳 油揚げ 豆腐 みそ 鮭 豚肉 ひじき さつま揚げ	ごはん 油 じゃがいも 三温糖	人参 しめじ 小松菜 玉ねぎ こんにゃく いんげん	591	26.4
16 火	牛乳	フラワーロール ABCスープ ウインナーのトマトソース② 花野菜サラダ	牛乳 ベーコン ウインナー	フラワーロール じゃがいも マカロニ 油 三温糖 イタリアドレッシング	玉ねぎ 人参 キャベツ にんにく トマト パセリ ブロッコリー カリフラワー	590	23.3
17 水	牛乳	ごはん 若竹汁 野菜コロケ 彩り豚丼の具	牛乳 かまぼこ わかめ 豚肉	ごはん 野菜コロケ 油 三温糖	人参 たけのこ しょうが 玉ねぎ ごぼう しらたき グリーンピース	651	25.3
18 木	牛乳	もち麦ごはん ポークカレー チキンナゲット② グリーンサラダ	牛乳 豚肉 チキンナゲット	もち麦ごはん 油 じゃがいも ルソフドレッシング	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 りんご キャベツ ほうれん草 ぎゅうり	692	24.1

4月 給食だより ご入学・ご進級 おめでとうございませう

桜が咲き誇る中、新入生を迎え新しい1年がスタートしました。給食センターでは、子供たちの心と体の健康を願い、「安全安心・おいしい・楽しい給食」を届けます。今年度もご理解・ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

本庄地域・上里町の小中学校18校、約6,700人分を3コースに分けて献立を作成しています。調理員・配送員等約70名で給食を作っています。



本庄上里学校給食センターの給食を紹介します！

デザート

果物やヨーグルト、ゼリーなどのデザートがつく日もあります。



主食

- ・**ごはん**(週3回): 児玉郡市産のお米を使用し、給食センターで炊飯しています。
- ・**パン**(週1回): パン工場で作られたものが学校に直送されます。
- ・**麺**(週1回): 中華麺と地粉うどんがあります。麺工場で作られたものが学校に直送されます。

牛乳

毎日、牛乳(200mL)が出ます。成長期の児童に必要な、カルシウムやたんぱく質を多く含んでいます。

副食

- ・**汁物**(みそ汁、スープ、カレーなど)
 - ・**主菜**(揚げ物、焼き物、蒸し物)
 - ・**副菜**(サラダ、炒め物、煮物)
- 旬の食材、地場産物を取り入れ、手作りを心掛けています。



給食には、たくさんの学びが詰まっています……



給食センターの情報発信中!!



おすすめ給食レシピ

X(旧Twitter)

4月 学校給食献立予定表 Aコース

東小・中央小・南小
藤田小・北泉小学校

日・曜日	飲料	料理名	体をつくる (赤)	エネルギーになる (黄)	体の調子を整える (緑)	1食分 - [kcal]	蛋白質 [g]	
19 金	牛乳	ごまみそラーメン 春巻き ごぼうとツナのサラダ	牛乳 豚肉 みそ 春巻き ツナ	中華麺 ごま油 ごま 油 玉ねぎドレッシング	しょうが にんにく ねぎ 人参 もやし コーン にら ごぼう キャベツ	691	26.1	
22 月	牛乳	ごはん けんちん汁 さばのねぎみそ焼き 生揚げの五目煮	牛乳 豆腐 油揚げ さば みそ 豚肉 生揚げ	ごはん 油 さといも 三温糖 片栗粉	人参 ごぼう 大根 干しいたけ しょうが ねぎ たけのこ 玉ねぎ キャベツ	664	29.3	
23 火	牛乳	フラワーロール 玉ねぎ黄金スープ ハンバーグデミソース キャベツと人参のサラダ	牛乳 ベーコン ハンバーグ	フラワーロール 油 三温糖 塩ドレッシング	玉ねぎ ねぎ コーン パセリ セロリー キャベツ 人参	605	22.8	
24 水	牛乳	わかめごはん あさりと生揚げのみそ汁 鶏肉の唐揚げ 水菜ともやしのサラダ	牛乳 わかめ あさり 生揚げ みそ 鶏肉	ごはん 片栗粉 油 中華ドレッシング	人参 えのき 小松菜 しょうが 水菜 もやし	666	28.2	
25 木	牛乳	ごはん 五目スープ ポークしゅうまい② ピピンパの具 カットオレンジ	牛乳 豆腐 ポークしゅうまい 豚肉	ごはん ごま油 三温糖 ごま	人参 ほうれん草 もやし たけのこ ねぎ にんにく チンゲンサイ しょうが ぜんまい 白菜キムチ 干しいたけ オレンジ	635	25.9	
26 金	牛乳	鶏塩うどん いか天ぷら 青菜とじゃこのサラダ	牛乳 鶏肉 わかめ いか天ぷら 揚げちりめん	地粉うどん ごま油 油 柑橘ドレッシング	人参 エリンギ ねぎ コーン キャベツ 小松菜	637	27.5	
30 火	牛乳	フラワーロール イタリアンスープ ローストチキン ペペロンチーノ	牛乳 ベーコン 鶏肉 ハム	フラワーロール 三温糖 油 スパゲッティ	玉ねぎ 人参 コーン トマト ほうれん草 にんにく セロリー 小松菜 エリンギ	658	30.2	
材料入荷による多少の変更はご了承ください。 1年生は、4/15(月)から給食開始です。						給食回数 14回 給食回数 11回	平均摂取量 641	25.9
							摂取基準 650	21g~ 32.5g

太字: 本庄または上里産です

本庄上里学校給食センター

「令和6年度アレルギー対応給食協議会」の委員募集

給食センターでは、「アレルギー対応給食協議会」を設置し、学校給食における食物アレルギーの対応について協議しています。
つきましては、下記のとおり募集します。

- 対象 食物アレルギーのある児童生徒の保護者
- 募集人数 2人(本市市1人・上里町1人)
- 開催回数 年2回程度(平日、日中の会議です)
会議に出席した時は、規定により報酬をお支払いします。
- 応募方法 応募用紙に応募理由を記入の上、給食センターに提出してください。
※応募用紙は給食センターにあります。
- 締切日 令和6年4月22日(月)
- 選考方法 給食センター事務局にて書類選考を行います。
- 問合せ先 給食センター 0495(24)2621

多言語に対応した献立表を
デジタルブックで配信中!!

○ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める
○文字サイズを調整できる ○動画や写真も楽しめる
○10言語で読める・聞ける(音声読み上げ対応※)

無料 FREE APP

【対応言語】
日本語、英語、中国語(簡体字・繁体字)
韓国語、タイ語、ポルトガル語(ブラジル)
スペイン語、インドネシア語、ベトナム語
※ベトナム語は音声読み上げに対応していません。

アプリのインストール ブラウザ版

※ブラウザ版は音声読み上げには対応していません。音声読み上げには、無料アプリ「カタボケ」のインストールが必要です。

← iOS Android →

栄養相談日

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。

日時: 4月17日(水) 午後1:30~4:00
場所: 本庄上里学校給食センター ☎0495(24)2621