

平成31年

本庄上里学校給食センター

4月 学校給食献立予定表

中コース

(上北中・東中・南中
上里中・西中学校)

日・曜日	飲み物	料理名	1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー [kcal]	蛋白質 [g]		
10水	牛乳	ごはん 野菜椀 メンチカツ(ソース) 小松菜サラダ お祝いゼリー	油揚げみそ メンチカツ	牛乳	人参 小松菜	大根 ねぎ ごぼう キャベツ コーン	ごはん こんにやく お祝いゼリー	油 玉ねぎ ドレッシング	817	23.3		
11木	牛乳	はちみつパン 玉ねぎ黄金スープ ヘルシーローストチキン 野菜のパペロンチーノ	ベーコン 鶏肉 ツナ	牛乳	パセリ 小松菜 人参	玉ねぎ ねぎ コーン にんにく セロリー エリンギ	はちみつパン スパ ゲッティ	油 オリーブ油	743	35.0		
12金	牛乳	トマトハヤシライス 大豆ナゲット② 春キャベツのサラダ	豚肉 大豆ナゲット	牛乳	人参 トマト	玉ねぎ キャベツ コーン きゅうり	ごはん じゃがいも	油 フルチ ドレッシング	877	25.5		
15月	牛乳	ごはん あさりと生揚げのみそ汁 さわらの春色焼き 筑前煮 カット河内晩柑	あさり 生揚げ みそ 鶏肉 さわらの春色 焼き	牛乳	人参 小松菜	えのき ねぎ ごぼう たけのこ 干しいたけ いんげん 河内晩柑	ごはん こんにやく 三温糖 さといも	油	799	34.3		
16火	牛乳	みそラーメン 春巻 海藻サラダ	豚肉 みそ 春巻	牛乳 海藻ミックス ひじき	人参 小松菜	しょうが にんにく もやし ねぎ コーン キャベツ	中華麺 サラダこんにやく	ごま油 油 香味塩 ドレッシング	797	30.3		
17水	牛乳	わかめごはん 小松菜のみそ汁 鶏肉の唐揚げ 花野菜サラダ	みそ 鶏肉	牛乳	人参 小松菜 フロッコ リー	大根 えのき しょうが カリフラワー	わかめごはん 片栗粉	油 かんきつ ドレッシング	796	27.5		
18木	牛乳	子どもパン ABCスープ ハンバーグデミソース 粉ふき芋	ベーコン	牛乳 ハンバーグ あおのり	人参	玉ねぎ キャベツ セロリー	子どもパン マカロニ 三温糖 じゃがいも	オリーブ油	830	21.5		
19金	牛乳	ごはん わかめスープ にらまんじゅう② ピビンバの具 ヨーグルト	にら まんじゅう 豚肉	牛乳 わかめ ヨーグルト	人参 チゲサイ ほうれん草	えのき もやし コーン ねぎ しょうが にんにく ぜんまい 白菜キムチ	ごはん 三温糖	ごま油 ごま	821	29.9		
22月	牛乳	ごはん 玉ねぎのみそ汁 鶏肉のたれかつ 切干大根のサラダ カットグレープフルーツ	生揚げ みそ 鶏肉	牛乳 わかめ	人参	玉ねぎ 切干大根 キャベツ グレープフルーツ	ごはん 薄力粉 パン粉 三温糖	油 和風 ドレッシング	836	32.2		
23火	ヨーグルト 飲む	五目うどん みそポテト③ 秩父こんにやくサラダ	豚肉 なると 油揚げ みそ	飲むヨーグルト	人参 小松菜	干しいたけ ねぎ コーン キャベツ	地粉うどん じゃがいも 薄力粉 片栗粉 三温糖 こんにやく	油 玉ねぎ ドレッシング	784	24.6		
24水	牛乳	ごはん 若竹汁 鯖の塩焼き ひじきの彩り炒め	かまぼこ さば ベーコン	牛乳 わかめ ひじき	人参 枝豆	たけのこ	ごはん しらたき 三温糖		725	30.5		
25木	牛乳	山型食パン(いちごジャム) 春キャベツのスープ あじフリッター③ ルオーテのトマト煮	ベーコン あじフリッター ハム	牛乳	人参 ほうれん草 トマト パセリ	キャベツ 玉ねぎ コーン にんにく	山型食パン マカロニ いちごジャム	油 オリーブ油	841	29.6		
26金	牛乳	ごはん ポークカレー ほうれん草チーズオムレツ ヘルシーサラダ	豚肉 ほうれん草 チーズ オムレツ ツナ	牛乳	人参	しょうが にんにく 玉ねぎ りんご ごぼう キャベツ	ごはん じゃがいも	油 ごま ドレッシング	965	32.2		
材料入荷による多少の変更はご了承ください									給食回数 13回	平均摂取量	818	29.0
										摂取基準	820	30.0
太字: 本庄または上里産の野菜です												

4月 給食だより

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10日(水)から始まります。給食センターでは、「安全安心・おいしい・楽しい給食」を通して、子供達の心と体の健康を支えていきますので、今年度もよろしくお願い致します。

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(本庄地域8校・上里町5校)
 中学校 5校(本庄地域3校・上里町2校)
- (2)職員構成(平成31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65名



A・B・中の3コース、
 およそ7,200人分の
 給食を作っています!

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」「彩のかがやき」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：4,800円(4月のみ5,170円)

*給食費は小・中学校190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

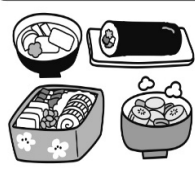
栄養バランス



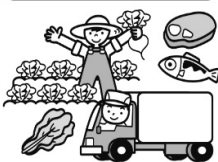
おいしく魅力ある献立作り



行事食や郷土料理の伝承



旬の食材や地場産物の活用



食品の安全性



衛生的な調理



栄養相談日

日時 4月24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

「平成31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。

- 1.対象 食物アレルギーのある児童生徒の保護者
- 2.募集人数 2人(本庄市1人・上里町1人)
- 3.開催回数 年3回程度(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。
- 4.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。
- 5.締切日 平成31年4月26日(金)
- 6.選考方法 給食センター事務局にて書類選考を行います。

おすすめ給食レシピ掲

Twitter更新中!



はにぼん
 &
 こむぎっち

