

日・曜日	飲料	料理名	1群	2群	3群	4群	5群	6群	1人あたり [kcal]	蛋白質 [g]
10 木	牛乳	ソフトフランスパン (いちごジャム) ミネストローネ チキンマスタード焼き ブロッコリーサラダ	無塩せきベーコン 鶏肉	牛乳	人参 トマト ブロッコリー	セロリー にんにく 玉ねぎ キャベツ コーン	ソフトフランスパン じゃがいも 三温糖 マカロニ いちごジャム	ごま油 イタリアンドレッシング	744	30.1
11 金	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	豆腐 さば みそ 豚肉 生揚げ	牛乳	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	ごはん 里芋 三温糖 片栗粉	油	791	31.8
14 月	牛乳	ごはん あさりと豆腐のみそ汁 鶏のたれかつ 小松菜ともやしのおひたし	あさり 豆腐 みそ 鶏肉	牛乳 わかめ	人参 小松菜	えのき ねぎ もやし	ごはん 薄力粉 パン粉 三温糖	油	754	32.8
15 火	牛乳	カレーうどん ちくわの磯辺揚げ② 上州きんぴら	豚肉 なると 焼ちくわ	牛乳 あおのり	人参 ほうれん草 いんげん	玉ねぎ ねぎ ごぼう こんにゃく	地粉うどん 片栗粉 三温糖 薄力粉	油 ごま ごま油	811	26.6
16 水	牛乳	ごはん 野菜焼 てり焼きハンバーグ こまつなサラダ	油揚げ みそ ハンバーグ ツナ	牛乳	人参 小松菜	大根 ごぼう こんにゃく しょうが にんにく キャベツ コーン	ごはん 三温糖 片栗粉	玉ねぎドレッシング	799	28.2
17 木	牛乳	フラワーロール ABCスープ ローストチキン 花野菜サラダ マスカットゼリー	無塩せきベーコン 鶏肉	牛乳	人参 ブロッコリー	玉ねぎ キャベツ にんにく セロリー カリフラワー	フラワーロール じゃがいも マカロニ マスカットゼリー	イタリアンドレッシング	752	31.8
18 金	牛乳	たけのこごはん (茶飯・具) すまし汁 コロッケ	かまぼこ 鶏肉 油揚げ	牛乳 わかめ	人参 ほうれん草	干しいたけ たけのこ グリーンピース	茶飯 カレーポトコック 三温糖	油	780	25.8

4月食育だより

ご入学・ご進級 おめでとうございます

色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。皆さんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思ひます。1年間、よろしくお願ひ致します。

デザート

果物やヨーグルト、ゼリー等がつくこともあります。

主食

・ごはん(週3回)
児玉郡市産のお米を給食センターで炊いています。
・パン(週1回)
パン工場から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。
麺工場から学校に直送されます。

給食の内容について



牛乳

副食

・汁物(みそ汁、スープ、カレー等)
・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。

学校給食7つの目標

健康な体をつくる

よい食べ方を学ぶ

人と関わる

食べ物に感謝する

働くことを尊ぶ

食文化を未来に伝える

社会のしくみを学ぶ

給食費について

【給食費(年額)】
小学校:44,890円
中学校:55,070円

【食材費その他】
給食費は、すべて食材費に充てられ、物価高騰による食材費の不足分は、設置者(本庄市・上里町)が負担しています。その他、人件費や施設の管理・修繕費、光熱費なども設置者が負担しています。

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	飲料	料理名	1群	2群	3群	4群	5群	6群	1人あたり [kcal]	蛋白質 [g]
21月	牛乳	ごはん 沢煮椀 鮭フライ（ソース） 生揚げの煮物	豚肉 鮭フライ 生揚げ さつま揚げ	牛乳	人参	ごぼう 大根 干ししいたけ たけのこ	ごはん 三温糖	油	786	28.8
22火	牛乳	ごまみそラーメン 春巻き 春雨サラダ	豚肉 みそ 春巻き	牛乳	人参 にら ほうれん草	しょうが にんにく もやし コーン ねぎ キャベツ きゅうり	中華麺 春雨	ごま油 ごま油 中華ドレッシング	829	26.8
23水	牛乳	ごはん 中華スープ にんじんしゅうまい③ マーボー豆腐 コーヒー牛乳の素	無塩せきベーコン にんじんしゅうまい 豚肉 みそ 豆腐	牛乳	人参 チンゲン菜	コーン ねぎ しょうが にんにく たけのこ 干ししいたけ	ごはん 三温糖 片栗粉 シメジ・コーヒ	油 ごま油	770	23.5
24木	牛乳	フラワーロール 玉ねぎスープ 焼きウインナー② 焼きそば	無塩せきベーコン 無塩せきウインナー 豚肉	牛乳 あおのり	パセリ 人参	玉ねぎ コーン キャベツ もやし	フラワーロール スパゲッティ	油	757	29.7
25金	牛乳	わかめごはん キャベツのみそ汁 鶏肉の唐揚げ ごぼうサラダ	油揚げ みそ 鶏肉	牛乳 わかめ	人参 ほうれん草	キャベツ しょうが ごぼう きゅうり	ごはん 片栗粉	油 ごまドレッシング	818	30.2
28月	牛乳	ごはん 若竹汁 さばの塩焼き じゃがいものそぼろ煮	かまぼこ さば 鶏肉	牛乳 わかめ	人参	たけのこ 玉ねぎ グリーンピース	ごはん じゃがいも 三温糖	油	767	33.8
30水	牛乳	ごはん 春雨スープ お魚ナゲット③ ビビンバの具	かまぼこ 豆腐 お魚ナゲット 豚肉	牛乳	人参 チンゲン菜 ほうれん草	玉ねぎ コーン しょうが にんにく ぜんまい 白菜キムチ もやし	ごはん 春雨 三温糖	油 ごま油 ごま	811	29.9
材料入荷による多少の変更はご了承ください 給食回数 14回 太字： 本庄または上里産です										

4月食育だより

②

本庄上里学校給食センター
「令和7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（本庄市1人・上里町1人）
- 開催回数 年2回程度（平日の会議です）
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7年4月21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！！

〇ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める
〇文字サイズを調整できる 〇動画や写真も楽しめる
〇10言語で読める・聞ける（音声読み上げ対応※）



【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。



※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。

アプリのインストール

ブラウザ版



iOS



Android



栄養相談日

日時：4月16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

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。

