

4月分予定こんだて表

B:西小・黒岩小・小野小
富中・東中・西中・北中・南中

富岡市学校給食センター

平成22年度 給食日数16日

日	曜	こんだてめい		あか 体をつくるものになる		みどり 体の調子をととのえる		きいろ 熱や力のもとになる		エネルギー (キロカロリー)	食材質 (円)		
		主食	牛乳 おかず	1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミンC	5群 炭水化物	6群 脂質				
8	木	背割りパン ケチャップ ドレッシング	牛乳 コーンシチュー フランクフルト キャベツサラダ	フランクフルト、とり肉	牛乳 スキムミルク	にんじん	たまねぎ、コーン ★きゅうり、キャベツ	パン じゃがいも	油	699 895	195 233		
9	金	ごはん(地元米) しそ味ひじき	牛乳 さわらの照り焼き にらのごま和え こしね汁	＜学校給食富岡の日＞ 富岡市でつくられた「こしね汁」の給食です。富岡市の特産品、こんにやく・しいたけ・ねぎの 頭文字「こ」「し」「ね」から「こしね汁」と名づけられました。								646 850	239 281
12	月	麦ごはん 紅白ゼリー ドレッシング	牛乳 ポークカレー 福神漬 コーンサラダ	豚肉	牛乳 スキムミルク 粉チーズ	にんじん	たまねぎ、福神漬 ★きゅうり、コーン キャベツ	米・麦 じゃがいも ゼリー	油	757 991	230 276		
13	火	ツイストパン ハニーマーガリン ドレッシング	牛乳 ハンバーグ イタリアンサラダ コンソメスープ	ハンバーグ、豚肉	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	キャベツ、★きゅうり もやし、たまねぎ、コーン	パン、はちみつ さとう じゃがいも	マーガリン	690 914	207 256		
14	水	ちらし寿司 ソース	牛乳 菜の花コロッケ 即席漬け つみれ汁	豆腐、つみれ、おから	牛乳	にんじん 菜の花 小松菜	★きゅうり、キャベツ ★えのきだけ、ねぎ	米 コロッケ	油	673 879	210 261		
15	木	クロワッサン フルーツゼリー ドレッシング	牛乳 ナポリタン シーザーサラダ	豚肉、ハム	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ、キャベツ ★きゅうり フルーツゼリー	パン スパゲティ クルトン	油	645 817	237 279		
16	金	ごはん ドレッシング	牛乳 さけの塩焼き 肉じゃが 大根サラダ	さけ、豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ、しらたき だいこん、★きゅうり	米 さとう じゃがいも	油	710 919	232 278		
19	月	わかめごはん	牛乳 鶏のごま照り焼き ごぼうサラダ すまし汁	とり肉、豆腐 はんぺん	牛乳	にんじん 小松菜	ごぼう、★きゅうり ねぎ、だいこん	米 さとう	油 ごま油 ごま	625 829	208 251		
20	火	ナン ワインゼリー	牛乳 キーマカレー 一口カツ 海そうサラダ	丹生小学校のみなさんのリクエストメニューです。						669 870	270 325		
21	水	すめし 手巻きのり マヨネーズ	発酵乳 手巻き卵、納豆 ツナサラダ みそ汁	手巻き卵、納豆 ツナ、豆腐	発酵乳 のり わかめ	にんじん	キャベツ、★きゅうり たまねぎ、コーン	米 じゃがいも	マヨネーズ	614 768	208 232		
22	木	うどん カレーパッシュ	牛乳 きのこうどん いか天 ごま和え	とり肉、油揚げ、いか	牛乳 小魚	にんじん 小松菜	ねぎ、★えのきだけ 干しいたけ、キャベツ もやし、しめじ	うどん 小麦粉 さとう	油 カシューナッツ ごま	748 907	216 256		
23	金	ごはん キャンディーチーズの ドレッシング	牛乳 ハヤシライス 小松菜サラダ みしょうかん	豚肉	牛乳 粉チーズ チーズ	にんじん トマト 小松菜	たまねぎ、キャベツ みしょうかん	米 じゃがいも さとう	油	742 964	246 294		
26	月	ごはん	牛乳 八宝菜 えびしゅうまい② きゅうりのキムチ	豚肉、うずら卵 いか、えびしゅうまい	牛乳	にんじん	たまねぎ、はくさい 干しいたけ、たけのこ ★きゅうり	米 さとう でんぷん	油 ごま油	619 821	214 260		
27	火	丸パン マヨネーズ	牛乳 照り焼きチキンパティ アスパラサラダ コーンポタージュ	ベーコン チキンパティ	牛乳 スキムミルク	アスパラガス パセリ にんじん	キャベツ、★きゅうり コーン、たまねぎ	パン じゃがいも	油 マヨネーズ	702 898	243 287		
28	水	ごはん 菜の花ふりかけ	牛乳 さばの味噌煮 かぶ漬け のつべい汁	さば、豚肉、豆腐	牛乳	にんじん	かぶ、★きゅうり ごぼう、こんにやく だいこん	米 さといも でんぷん	油	596 831	215 274		
30	金	おたのしみこんだて		ヒント 旬の〇〇〇〇を使った〇〇〇〇ごはん、ちくわの磯辺揚げ、かきたま汁の献立です。 5月5日こどもの日にちなんだデザートもつきます。						715 922	251 297		

※ 材料購入の関係で、献立を変更する場合があります。

★印は、地元でとれた食材です。



元気いっばいの新入生を迎え、新学期の給食が始まります。学校給食は、子どもたちが栄養のバランスのとれた食事を先生や友だちと一緒に食べながら、心のふれあいの中で心とからだの健康を増進させ、体位の向上を図ろうとするものです。本年度も楽しく、安全でおいしい給食を目指してまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

