

令和5年度 4月分 小学校給食予定献立表(鴻巣市立鴻巣中央小学校) 鴻巣市教育委員会						
日曜	献立名	食品の種類				エネルギー たんぱく質
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を調えるもとになる(緑)	調味料	
12 水	牛乳		牛乳			660
	カレーピラフ	米 油	ウインナー	にんじん 玉ねぎ マッシュルーム ピーマン	スープストック カレー粉 酒 塩	
	照り焼きチキン		鶏肉	しょうが	しょうゆ みりん 酒	25.0
	コーンとポテトのスープ	じゃがいも	ベーコン	クリームコーン コーン にんじん ほうれんそう 玉ねぎ	スープストック 塩 こしょう	15%
	おいわいいちごゼリー	いちごゼリー				
13 木	牛乳		牛乳			607
	三色そばろ丼	米				
	鶏そばろ	砂糖	鶏肉	にんじん 干しいたけ しょうが	酒 しょうゆ	
	錦糸卵		錦糸卵			
	ほうれんそう	ごま ごま油		ほうれんそう もやし	しょうゆ	28.4
あさりのみそ汁		あさり 豆腐 みそ	だいこん ねぎ	かつおだし	19%	
チーズ		チーズ				
14 金	牛乳		牛乳			710
	きつねうどん	地粉うどん 砂糖	油揚げ		しょうゆ	
	野菜炒め	油	わかめ	にんじん 干しいたけ ねぎ	しょうゆ みりん かつおだし 酒 塩	23.9
	キャロットカップケーキ	小麦粉 砂糖 油	ベーコン	キャベツ もやし 玉ねぎ いら	スープストック 塩 こしょう	13%
17 月	牛乳		牛乳			618
	ごはん	米				
	厚揚げ入りホイコウロウ	油 砂糖	豚肉 厚揚げ みそ	しょうが ピーマン キャベツ にんじん 干しいたけ	しょうゆ 酒 唐辛子粉	24.4
	チンゲンサイの卵スープ	でんぷん ごま油	卵	にんじん チンゲンサイ ねぎ	中華だし しょうゆ 塩 こしょう	16%
	冷凍パン			パン		
18 火	牛乳		牛乳			626
	ごはん	米				
	にしんの照り焼き		にしんの照り焼き漬			
	まだか漬(宮崎県の郷土料理)	砂糖	昆布 大豆 するめ	切り干しだいこん にんじん しょうが	しょうゆ 酢	27.8
豚汁	じゃがいも 油	豚肉 豆腐 みそ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	かつおだし	18%	
19 水	【1年生給食開始】					595
	牛乳		牛乳			
	子どもパン	子どもパン				
	ハンバーグのケチャップソースかけ	油 砂糖	ハンバーグ	にんじん マッシュルーム	ケチャップ 中濃ソース 赤ワイン 塩 こしょう	25.6
青のりポテト	じゃがいも	青のり				
パスタスープ	マカロニ 油	ベーコン	にんじん 玉ねぎ キャベツ コーン	スープストック 塩 こしょう	17%	
20 木	牛乳		牛乳			654
	カレーライス	米 バター 小麦粉 じゃがいも	豚肉 スキムミルク	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん すりおろしりんご 炒め玉ねぎ	カレー粉 スープストック こしょう ケチャップ ウスターソース 塩	22.2
	フルーツヨーグルト		ヨーグルト	パン みかん おとう りんご		14%
21 金	牛乳		牛乳			592
	チャーハン	米 砂糖 ごま油	チャーシュー なた	にんじん たけのこ ねぎ 干しいたけ えだまめ	中華だし しょうゆ 酒 塩	
	ねぎみそぎょうざ(低1こ・高2こ)		ねぎみそぎょうざ			27.7
	わかめスープ	ごま	わかめ 豆腐	ねぎ にんじん えのきたけ	中華だし 塩 しょうゆ	19%
小魚アーモンド	アーモンド	かたくちいわし				
24 月	牛乳		牛乳			629
	黒パン	黒パン				
	オムレツのデミグラスソースかけ	油 砂糖	オムレツ	にんじん 玉ねぎ マッシュルーム	デミグラスソース ケチャップ 中濃ソース 赤ワイン	
	ポイルブロッコリー		ブロッコリー		塩	25.2
白いんげん豆のクリームスープ	油 じゃがいも 米粉	ベーコン 白いんげん豆 牛乳	にんじん 玉ねぎ パセリ	スープストック 塩 こしょう	16%	

日曜	献立名	食品の種類				エネルギー たんぱく質
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を調えるもとになる(緑)	調味料	
25 火	牛乳		牛乳			595
	ごはん(ここのり伝説米)	米				
	めばるの竜田揚げ	油	めばるの竜田揚げ			
	浦上そばろ(長崎県の郷土料理)	油 砂糖	豚肉 さつま揚げ	ごぼう にんじん こんにゃく もやし	しょうゆ 酒	25.0
	利久汁	ごま	豆腐 みそ	にんじん キャベツ ねぎ さやえんどう	かつおだし	17%
26 水	牛乳		牛乳			592
	高菜ごはん	米 大麦 ごま 油	錦糸卵	高菜漬け にんじん	みりん しょうゆ 酒 塩	
	きびなごかりかりフライ(低2こ・高3こ)	油	きびなごかりかりフライ			
	せんだご汁(熊本県の郷土料理)	いももち	鶏肉 かまぼこ	だいこん 玉ねぎ にんじん ねぎ 干しいたけ	しょうゆ 塩 みりん 酒 かつおだし	21.1
きよみオレンジ			きよみオレンジ		14%	
27 木	牛乳		牛乳			587
	ツイストパン	ツイストパン				
	ポークビーンズ	じゃがいも 油 砂糖	豚肉 大豆	玉ねぎ にんじん マッシュルーム にんにく トマト	ケチャップ ウスターソース スープストック 塩 こしょう 赤ワイン パプリカ粉	24.8
フレンチサラダ	油 砂糖		キャベツ こんにゃく きゅうり コーン	酢 塩 こしょう	17%	
28 金	牛乳		牛乳			617
	わかめラーメン	ホット中華めん 油 ごま	わかめ なた	にんじん キャベツ ねぎ 干しいたけ たけのこ	醤油 中華だし 塩 こしょう	
	ポテトのツナマヨチーズ焼き	フレンチポテト ノンエッグマヨネーズ	チーズ まぐろ水煮	パセリ	塩 こしょう	25.4
	ミニトマト(2こ)			ミニトマト		16%
	はしは毎日 忘れずに持ってきてましよう	給食回数 13回	学校給食摂取基準 エネルギー 650 kcal たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%	4月平均摂取量 622 kcal 25.1g(16.1%)		

* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。

豚肉:埼玉県 鶏肉:岩手県 にんじん:埼玉県 玉ねぎ:北海道 じゃがいも:北海道 キャベツ:愛知県 きゅうり:埼玉県 ねぎ:埼玉県 ほうれんそう:埼玉県 ごま:埼玉県 かぶ:埼玉県 いら:群馬県 れんこん:茨城県 大豆:もやし:栃木県

ご入学・ご進級おめでとうございます。

給食は、準備から食事、片づけまでの実践を通して、望ましい食習慣と食に関する実践力が身につくようになります。

学校給食の7つの目標

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。

②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。

③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。

④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

【令和5年度の給食について】

1学期 4月12日(水)～ 7月14日(金)
*1年生は4月18日(火)に牛乳給食、4月19日(水)から完全給食です

2学期 9月1日(金)～12月19日(火)

3学期 1月11日(木)～ 3月21日(木)

給食費は日額268円、月額4,500円です

【献立表の見方について】

左の料理ごとに、使われている主な食品、調味料が分かれて記載されています。オイスターソースやデミグラスソースなど、アレルギー食品についてもわかりやすくなっておりますので、ご活用ください。

日曜	献立名	食品の種類				エネルギー たんぱく質
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を調えるもとになる(緑)	調味料	
12 水	牛乳		牛乳			703
	カレーピラフ	米 油	ウインナー	にんじん 玉ねぎ マッシュルーム ピーマン	スープストック カレー粉 酒 塩	
	照り焼きチキン		鶏肉	しょうが	しょうゆ みりん 酒	24.2
	コーンとポテトのスープ	じゃがいも	ベーコン	クリームコーン コーン にんじん ほうれんそう 玉ねぎ	スープストック 塩 こしょう	14%
	デザート		各校デザート			