



令和2年 4月学校給食予定献立表



千代田町立学校給食センター

日/曜	こんだて		おもなざいりょう と はたらき						エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g
	しゅしよくのみもの	おかず	からだをつくる(あか)		からだのちようしをととのえる(みどり)		ねつやちからになる(きいろ)					
			1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海藻	3群 緑黄色 野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・麺 いも・砂糖	6群 油脂 種実				
8水	ごはん ぎゅうにゅう	てりやきチキン しおこぶあえ とんじる (中のみ)アーモンド	とりにく ぶたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん	キャベツ だいこん ねぎ ごぼう	ごはん じゃがいも	ごま (中のみ) アーモンド	614 800	25.0 30.5	18.2 25.6	2.6 3.2
9木	くろしよくパン ぎゅうにゅう	とうふハンバーグトマトソース キャベツとコーンのソテー ABC スープ (小中のみ)おいわいデザート 進級・進学おめでとうメニュー	とうふ おから とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト	たまねぎ キャベツ コーン はくさい	パン さとう マカロニ じゃがいも	あぶら	644 831	23.9 29.9	22.6 26.7	3.2 4.2
10金	ごはん ぎゅうにゅう	キャベツメンチカツ(ソ) ごまあえ いなかじる	とりにく なまあげ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう きぬさや	キャベツ もやし こんにやく だいこん	ごはん こむぎこ パンこ さとう じゃがいも	あぶら ごま ごまあぶら	682 807	21.8 25.2	20.9 22.6	2.6 3.0
13月	ごはん ぎゅうにゅう	さんまのしょうがに なのはなあえ けんちんじる	さんま とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	かきな にんじん	しょうが キャベツ コーン こんにやく だいこん ごぼう	ごはん さとう さといも	ごまあぶら	634 813	23.7 29.9	21.4 27.1	1.9 2.5
14火	せわりコッペパン ぎゅうにゅう	やきそば ウインナー だいこんサラダ(ド) (こども園のみ)おいわいデザート	ぶたにく ウインナー ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	キャベツ もやし だいこん きゅうり	パン やきそばめん	あぶら ドレッシング	731 928	24.7 30.6	25.4 31.0	3.4 4.5
15水	ごはん ぎゅうにゅう	みそだれやきにく かいそうサラダ(ド) チンゲンサイとたまごのスープ	ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう かいそう	にら にんじん ピーマン チンゲンサイ	たまねぎ えのきたけ しょうが にんにく きゅうり キャベツ もやし	ごはん さとう かたくりこ	ごま ごまあぶら あぶら	645 803	24.0 29.4	23.2 27.8	1.9 2.7
16木	ぶどうパン ぎゅうにゅう	だいちとペンネのミートソースに アスパラとアーモンドのサラダ(ド) ヨーグルト	だいち おから ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	ピーマン トマト にんじん	レーズン こんにやく たまねぎ にんにく アスパラガス キャベツ	パン マカロニ	あぶら アーモンド	711 878	28.8 34.9	22.8 27.1	2.3 2.8
17金	むぎごはん ぎゅうにゅう	チキンカレー コーンサラダ(ド) (中のみ)ひとくちゼリー	とりにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん	たまねぎ にんにく しょうが コーン キャベツ きゅうり	むぎごはん じゃがいも	あぶら ドレッシング	672 853	21.5 26.3	18.7 21.5	2.4 3.0
20月	おせきはん ごましお ぎゅうにゅう	さわらのつつたあげ いとこんのいりに かきたまじる	さわら とりにく とうふ たまご	ぎゅうにゅう	みつば にんじん こまつな	しらたき ごぼう たまねぎ えのきたけ	おせきはん かたくりこ さとう	あぶら ごま	660 817	26.4 32.5	17.7 20.7	1.9 2.5
21火	しよくパン (中のみ)スライスチーズ ぎゅうにゅう	ジャーマンポテト ミネストローネ みしょうかん	ベーコン	ぎゅうにゅう (中のみ) チーズ	パセリ トマト	たまねぎ にんにく キャベツ セロリー みしょうかん	パン じゃがいも	バター	604 803	20.8 29.2	18.9 27.4	2.7 4.0
22水	ごはん ぎゅうにゅう	ビビンバ(にくみそ・ナムル) もずくのサンラータン まめによるこぶ	ぶたにく おから とうふ たまご だいち	ぎゅうにゅう もずく こんぶ	にんじん ほうれんそう	こんにやく ぜんまい にんにく キャベツ だいちもやし ねぎ しいたけ たけのこ	ごはん さとう	ごま ごまあぶら	659 810	26.4 31.6	20.9 24.9	2.6 3.2
23木	はちみつパン ぎゅうにゅう	いりどりやさいのオムレツ グリーンサラダ(ド) コーンチャウダー	たまご ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ ブロッコリー	ほうれんそう にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	パン じゃがいも	あぶら ごま	661 800	23.6 27.1	27.0 30.9	3.2 3.7
24金	ごはん ぎゅうにゅう	とりつくね(2こ) ひじきに ごじる	とりにく とりレバー あぶらあげ だいち みそ ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん	たまねぎ しいたけ えだまめ ねぎ だいこん	ごはん さとう じゃがいも	ごま あぶら	676 817	24.9 29.1	21.2 23.5	2.7 3.2
27月	ごはん ぎゅうにゅう	たまごやき にくじゃがに じゃこサラダ	たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ わかめ	にんじん	きゅうり もやし たまねぎ しらたき えだまめ	ごはん じゃがいも さとう	ごま あぶら	670 816	26.3 30.6	19.0 21.1	1.9 2.2
28火	サンドパン ぎゅうにゅう	しろみざかなフライ(ソ) やさいソテー カレーマカロニ	ホキ ぶたにく	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん トマト	もやし エリンギ にんにく たまねぎ りんご	パン パンこ マカロニ	あぶら	710 893	27.5 34.0	27.7 33.8	3.5 4.2
30木	くろパン ぎゅうにゅう	ナポリタン コールスロー あまなつ	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん トマト ピーマン	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン あまなつ	パン スパゲティ	あぶら	625 829	20.1 25.5	19.5 23.8	2.0 2.8



(ド)・・・ポトルドレッシング (ソ)・・・ポトルソース

◎つごうでこんだてはへんこうになることがあります。 ◎やさしいサラダは、すべてねつしよりしています。

◎はしは毎日あらってもってきましょう。

◎4月分の給食費引き落とし日は4月30日(木)です。

◎太字の野菜は千代田町産のものを使用予定です。

上段：小学校

下段：中学校

..... 《^{かた}おうちの方へ》

きゅうしよく、はじまりますよ!

■ はしは毎日洗ったものを持たせてください。

■ エプロンや白衣は週末に洗濯をお願いします。

■ 毎月月末(8月を除く)が給食費の引き落とし日です。かならず前営業日までに入金をお願いします。



給食費の引き落としは、ゆうちょ銀行の他、令和元年度より群馬銀行・足利銀行・東和銀行・館林信用金庫・中央労働金庫・館林邑楽農業協同組合での引き落としが可能となりました。詳しくは千代田町ホームページをご覧ください。