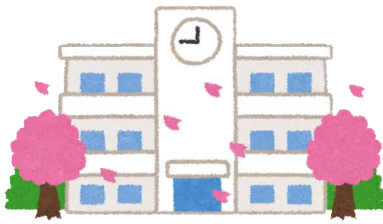


令和5年 4月 学 校 給 食 献 立 表 (7～9年生)

* 献立は、やむを得ない事情により変更することがあります

月	火	水	木	金
		12 米飯 ドレッシングサラダ ハヤシライス りんご缶 牛乳	13 米飯 豚肉の竜田揚げ みそ汁 じゃこのつくだ煮 だいこんのいため物 牛乳	14 キャロットライス ひじきスパゲティ キャベツスープ 角チーズ 白身魚のバジル焼き 牛乳
17 米飯 チリコンカン コーンスープ 塩こんぶサラダ ヨーグルトドリンク	18 米飯 たこ焼き風ハンバーグ 春野菜の和風スープ さかなふりかけ（袋） 切り干し大根の煮物 牛乳	19 米飯 さわらの南部揚げ 豚肉とだいこんの煮物 しば漬 はくさいのポン酢しょうゆあえ 牛乳	20 コーンライス ジャーマンポテト 鶏肉のトマト煮込み スライスチーズ みかんゼリー 牛乳	21 米飯 さばのみそ煮 すまし汁 切り干し大根のつくだ煮 キャベツの和風サラダ 牛乳
24 たけのこごはん 新じゃがいものごま煮 春野菜のみそ汁 きんぴら 牛乳	25 米飯 豚肉のコチュジャンいため トック 焼きのり ちくわのいため物 牛乳	26 米飯 フルーツカクテル ポークカレー だいこんサラダ 牛乳	27 米飯 鶏肉のから揚げ 五目みそ汁 昆布ふりかけ（袋） キャベツのレモン漬 牛乳	28 米飯 中華丼 チキンスープ 味付けいりこ アスパラのマヨ風いため 牛乳

使用している材料等詳細は「週間献立表」をご確認ください。

画面をスクロールするか、「学校給食献立表」の日々の献立名をクリックすると「週間献立表」に移動します。

	一ヶ月 平均								
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン			
						A (μgRAE)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)
中学生	809	30.8	25.0	373	2.7	276	0.52	0.56	34

毎日の学校給食を学校栄養士がブログで紹介しています！

〈URL〉 <https://blog.goo.ne.jp/minohpakupaku>

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください

[illegible]

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください

4月17日(月)		4月18日(火)		4月19日(水)		4月20日(木)		4月21日(金)	
米飯 チリコンカン コーンスープ 塩こんぶサラダ ヨーグルトドリンク		米飯 たこ焼き風ハンバーグ 春野菜の和風スープ さかなふりかけ(袋) 切り干し大根の煮物 牛乳		米飯 さわらの南部揚げ 豚肉とだいこんの煮物 しば漬 はくさいのポン酢しょうゆあえ 牛乳		コーンライス ジャーマンポテト 鶏肉のトマト煮込み スライスチーズ みかんゼリー 牛乳		米飯 さばのみそ煮 すまし汁 切り干し大根のつくだ煮 キャベツの和風サラダ 牛乳	
食品名	中学	食品名	中学	食品名	中学	食品名	中学	食品名	中学
米	100 g	米	100 g	米	100 g	米	90 g	米	100 g
水	140 g	水	140 g	水	140 g	水	126 g	水	140 g
だいず	15.6 g	豚肉	36 g	さわら	1 切	ホールコーン	20 g	さば	1 切
牛肉	36 g	豆腐(冷)	18 g	酒	1.2 g	ガラスープ	3 g	根深ねぎ	6 g
たまねぎ	24 g	たこ	12 g	しょうゆ	1.2 g	塩	1 g	信州みそ	4.2 g
むきえんどう	3.6 g	たまねぎ	12 g	しょうが	1.2 g	こしょう	0.01 g	砂糖	3 g
にんにく	0.24 g	塩	0.24 g	上新粉	7.2 g	油	2 g	酒	1.2 g
油	1.2 g	こしょう	0.01 g	上粉	9.6 g	ウインナーソーセージ	12 g	しょうゆ	0.6 g
トマトケチャップ	9.6 g	でんぷん	4.8 g	白ごま	2.4 g	じゃがいも	54 g	しょうが	0.36 g
ウスターソース	0.6 g	油	2.4 g	油	4.8 g	たまねぎ	18 g	水	24 g
トウバンジャン	0.06 g	ウスターソース	3.6 g	豚肉	27.5 g	油	0.6 g	鶏肉	16.5 g
塩	0.36 g	トマトケチャップ	4.8 g	だいこん	27.5 g	塩	0.36 g	はくさい	27.5 g
砂糖	0.24 g	青のり	0.12 g	じゃがいも	22 g	こしょう	0.01 g	もやし	16.5 g
水	12 g	花かつお	0.6 g	たまねぎ	16.5 g	鶏肉	49.5 g	にんじん	11 g
ウインナーソーセージ	16.5 g	鶏肉	27.5 g	こんにゃく	11 g	塩	0.11 g	こまつな	11 g
ホールコーン	11 g	新キャベツ	22 g	にんじん	11 g	こしょう	0.01 g	だし昆布	0.55 g
クリームコーン(缶)	22 g	たまねぎ	22 g	こまつな	11 g	たまねぎ	33 g	けずり節	1.65 g
じゃがいも	22 g	にんじん	11 g	だし昆布	0.55 g	キャベツ	22 g	水	110 g
たまねぎ	16.5 g	たけのこ(水煮)	5.5 g	けずり節	1.65 g	にんじん	11 g	塩	0.66 g
にんじん	11 g	油	1.1 g	水	66 g	さやいんげん	3.3 g	しょうゆ	1.1 g
油	1.1 g	だし昆布	1.1 g	油	1.1 g	ホールのトマト(缶)	11 g	切り干し大根	2.75 g
ブイヨン(缶)	4.4 g	けずり節	1.65 g	しょうゆ	2.2 g	トマトケチャップ	11 g	白ごま	1.2 g
水	110 g	水	110 g	砂糖	1.1 g	にんにく	0.33 g	ごま油	1.2 g
塩	0.66 g	塩	0.66 g	酒	0.55 g	油	1.1 g	しょうゆ	1.2 g
こしょう	0.02 g	しょうゆ	1.1 g	塩	0.55 g	ブイヨン(缶)	3.3 g	砂糖	0.6 g
でんぷん	1.1 g	さかなふりかけ	1 袋	しば漬	9.6 g	塩	0.55 g	酒	0.6 g
鶏肉	10 g	平天	5 g	はくさい	30 g	こしょう	0.02 g	みりん	0.6 g
だいこん	20 g	切り干し大根	3.5 g	もやし	15 g	水	44 g	キャベツ	30 g
きゅうり	15 g	にんじん	10 g	えのきたけ	5 g	上新粉	1.1 g	にんじん	10 g
塩昆布	1.5 g	チンゲンサイ	10 g	ゆず果汁	0.4 g	スライスチーズ	1 枚	ホールコーン	10 g
油	2 g	油	1 g	しょうゆ	1 g	みかんゼリー	1 個	花かつお	0.2 g
ヨーグルトドリンク	1 本	だし汁	10 g	塩	0.1 g	牛乳	1 本	しょうゆ	2 g
		砂糖	1 g	砂糖	0.3 g			砂糖	1 g
		しょうゆ	2 g	牛乳	1 本			酢	2 g
		牛乳	1 本					牛乳	1 本

