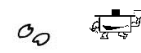


平成27年度



4月 給食献立予定表



長泉町学校給食センター

TEL 986-9033

日 曜日	こんだて	あかいろのたべもの おもにからだをつくる もとなる	みどりいろのたべもの おもにからだのちょうしを ととのえるもとなる	きいろのたべもの おもにエネルギーの もとなる	エネルギー たんぱく質 食塩相当量	備考	
						給食 なし	地場産物
9 木	黒糖入りロールパン			パン こくとう	781 kcal	小学 1年生	キャベツ
	牛乳	ぎゅうにゅう					
	焼きハンバーグの バーベキューソースがけ	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんにく	パンこ	29.1 g		
	ポテトサラダ		りんご レモン	さとう	3.6 g		
	春キャベツのスープ	ベーコン	えだまめ とうもろこし	じゃがいも ドレッシング			
白桃ゼリー		キャベツ にんじん たまねぎ えのきたけ こまつな					
		もも	さとう				
10 金	ごはん			こめ	802 kcal	小学 1年生	キャベツ しめじ
	牛乳	ぎゅうにゅう					
	鶏肉の唐揚げ薬味ソースがけ キャベツのゆかり和え	とりにく	しょうが にんにく はねぎ	でんぷん こめあぶら さとう	28.3 g		
	じゃがいもと豆腐のみそ汁	とうふ あぶらあげ みそ わかめ	キャベツ きゅうり しそ	じゃがいも	3.0 g		
13 月	♪ようこそ小学1年生献立♪				850 kcal		
	ごはん			こめ			
	牛乳	ぎゅうにゅう			30.8 g		
	ポークカレー	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん しょうが	じゃがいも こめあぶら	2.4 g		
	枝豆とツナのソテー	まぐろ	にんにく りんご				
パイナップル		えだまめ ピーマン とうもろこし	こめあぶら				
			パインアップル				
14 火	◎入学進級お祝い献立◎				746 kcal		
	赤飯		あずき	こめ			
	ごま塩			ごま	29.3 g		
	牛乳	ぎゅうにゅう					
	鶏肉の照り焼き	とりにく	にんにく		2.9 g		
	菜の花の磯香和え	のり	なばな もやし				
	若竹汁	わかめ とうふ かまぼこ なると	だいこん たけのこ にんじん	じゃがいも			
いちごゼリー	とうにゅう	はねぎ ひらたけ					
		いちご	さとう				
15 水	ごはん			こめ	794 kcal		
	牛乳	ぎゅうにゅう					
	揚げ出し豆腐のそぼろあんかけ	とうふ とりにく	たまねぎ しょうが えだまめ	でんぷん さとう	29.2 g		
	もやしの醤油炒め	ベーコン	もやし ほうれんそう とうもろこし	こめあぶら			
いわしのつみれ汁	いわし あぶらあげ みそ かまぼこ すけとうだら	だいこん にんじん しょうが	でんぷん さとう さといも	3.1 g			
		ねぶかねぎ					
16 木	玄米入りロールパン			パン こめ	751 kcal		
	牛乳	ぎゅうにゅう					
	ホキのレモンソースがけ	ホキ	レモン	でんぷん こめあぶら さとう	32.8 g		キャベツ
	キャベツとツナのソテー	まぐろ	キャベツ ほうれんそう とうもろこし	こめあぶら			
	白いんげん豆の クリームスープ	いんげんまめ ベーコン	たまねぎ にんじん	じゃがいも	3.4 g		
		ぎゅうにゅう なまクリーム	さやいんげん				
17 金	麦ごはん			こめ むぎ	786 kcal		
	牛乳	ぎゅうにゅう					
	回鍋肉(ホイコーロー)	ぶたにく みそ	キャベツ しょうが にんにく	こめあぶら さとう でんぷん	28.0 g	小学校	キャベツ
	春巻	とりにく	にんじん ピーマン	カシューナッツ			
			キャベツ たまねぎ もやし	こむぎこ こめあぶら	2.7 g		
		にんじん					
豆腐ともやしのスープ	とうふ ベーコン もずく	もやし えのきたけ	はるさめ こめあぶら				
		こまつな とうがらし					
20 月	ソフトめん			ソフトめん	790 kcal		
	牛乳	ぎゅうにゅう					
	ミートソース	ぶたにく	たまねぎ にんじん ひらたけ	こめあぶら こむぎこ	34.8 g		
			マッシュルーム にんにく トマト				
	じゃがいもと大豆の揚げからめ	だいず かたくちいわし	パセリ	じゃがいも でんぷん	3.4 g		しめじ
			こめあぶら				
	みかんともものヨーグルト和え	ヨーグルト	みかん もも				

日曜日	こんだて	あかいろのたべもの おもにからだをつくる もとになる	みどりいろのたべもの おもにからだのちょうしを ととのえるもとになる	きいろのたべもの おもにエネルギーの もとになる	エネルギー たんぱく質 食塩相当量	備考	
						給食 なし	地場産物
21 火	♪♪長泉の日♪♪				816 kcal		
	麦ごはん			こめ むぎ			
	牛乳	ぎゅうにゅう			29.5 g		あしたか牛 キャベツ しめじ
	シュウマイ	ぶたにく とりにく	たまねぎ	こむぎこ パンこ でんぷん			
	もやしときゅうりのナムル		もやし きゅうり	ごま さとう ごまあぶら	2.3 g		
あしたか牛入りブルコギ	ぎゅうにく みそ	たまねぎ にんじん にんにく キャベツ ひらたけ ピーマン ねぶかねぎ えのきたけ	さとう はるさめ こめあぶら				
22 水	ごはん			こめ	756 kcal		
	牛乳	ぎゅうにゅう					
	焼き塩鮭	さけ			32.5 g		
	ひじきの炒め煮	ひじき だいず	にんじん さやいんげん	しらたき こめあぶら さとう			
	豚汁	ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ	たまねぎ だいこん ごぼう ねぶかねぎ	じゃがいも	3.0 g		
23 木	セルフコロッケパン				751 kcal		
	丸型横割りのパン			パン			
	野菜コロッケ		にんじん とうもろこし たまねぎ さやいんげん	じゃがいも パンこ でんぷん こむぎこ さとう こめあぶら	24.4 g	キャベツ	
	中濃ソース				3.2 g		
	塩もみキャベツ		キャベツ				
牛乳	ぎゅうにゅう						
玉ねぎのコンソメスープ	ベーコン うずらたまご	たまねぎ にんじん こまつな とうもろこし マッシュルーム	じゃがいも				
24 金	菜めし		ひろしまな きょうな だいこんは	こめ	754 kcal		
	牛乳	ぎゅうにゅう					
	鯖のごまみそがけ	さわら みそ	しょうが	さとう でんぷん ごま	30.7 g	キャベツ しめじ	
	キャベツとしめじの昆布和え	こんぶ	キャベツ ひらたけ				
	いも団子汁	とりにく とうふ	えのきたけ だいこん ごぼう にんじん ねぶかねぎ	じゃがいも でんぷん こんにゃく	3.6 g		
27 月	りんご入り角型食パン		りんご	パン	777 kcal		
	牛乳	ぎゅうにゅう					
	鶏肉のガーリック焼き	とりにく	しょうが にんにく		32.4 g	キャベツ しめじ	
	キャベツのサラダ		キャベツ ピーマン	こめあぶら さとう			
	コーンシチュー	ベーコン ぎゅうにゅう だいず なまクリーム	たまねぎ にんじん ひらたけ とうもろこし ほうれんそう	じゃがいも こめあぶら	3.5 g		
28 火	わかめごはん	わかめ		こめ	888 kcal		
	牛乳	ぎゅうにゅう					
	ししゃもフライ	ししゃも		パンこ こむぎこ こめあぶら	30.8 g	キャベツ	
	キャベツの土佐ゆず香和え	かつおぶし	キャベツ きゅうり ゆず	さとう			
	たけのここんにゃくの煮物	とりにく うずらたまご なまあげ さつまあげ	たけのこ にんじん ごぼう さやいんげん	じゃがいもこんにゃく こめあぶら さとう	3.8 g		
30 木	ごはん			こめ	820 kcal		
	牛乳	ぎゅうにゅう					
	焼きぎょうざ	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ	こむぎこ パンこ	32.2 g		
	もやしと糸寒天のごま酢和え	かんてん	もやし	ごまあぶら ごま さとう			
	麻婆豆腐	とうふ ぶたにく だいず みそ	たまねぎ にんじん たけのこ ねぶかねぎ しょうが にんにく	さとう でんぷん こめあぶら	2.4 g		
ヨーグルト	ヨーグルト						

日	21(火)	28(火)	30(木)
おかず	シュウマイ	ししゃも	ぎょうざ
小学校	2 個	1 尾	2 個
中学校	2 個	2 尾	2 個

●放射性物質測定検査結果●
 学校給食の検査結果は、以下の通り異常はありませんでした。
 (3月3日実施)
 セシウム134 <1.5Bq/kg セシウム137 <1.4Bq/kg

★ 給食時間の約束 ★

石けんで手を洗おう!



いただきます・ごちそうさまは
感謝の気持ちを入れて!

エプロンやバンダナを
きちんと身に着けよう!



好き嫌いしないで何でも
食べよう!