

北島町 小・中学校 献立予定表

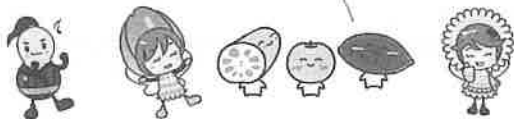
令和6年 4月

北島町学校給食センター

日	曜日	献立名			材料名(食品名)			エネルギーたんぱく質脂質		kcal g
		主食	牛乳	おかず	赤 血や肉・骨になる食べ物	緑 からだの調子をととのえる食べ物	黄 熱や力のもとになる食べ物	小学校3・4年	中学校	
9	火	ごはん	牛乳	肉じゃが ひじきサラダ	牛乳 豚肉 ちくわ ひじき かまぼこ	にんじん こんにやく たまねぎ さやいんげん キャベツ きゅうり	精白米 油 さとう じゃがいも ドレッシング	602 19.1 16.5		kcal g g
10	水	ごはん	〃	八宝菜 揚げぎょうざ	牛乳 ぎょうざ 豚肉 えび	にんにく しょうが たけのこ たまねぎ はくさい しいたけ にんじん チンゲンサイ	精白米 油 ごま油 てんぷん	639 27.2 16.6	740 31.2 17.7	kcal g g
11	木	ごはん	〃	豚汁 いわしの甘露煮 塩昆布あえ	牛乳 豚肉 豆腐 みそ わかめ 塩昆布 いわしのかんろに	にんじん こんにやく キャベツ ごぼう	精白米 じゃがいも	604 24 18.6	700 26.8 19.4	kcal g g
12	金	れんこん そばろ井	〃	トック入りわかめスープ	牛乳 豚肉 大豆 ベーコン 豆腐 わかめ	れんこん しょうが 青じそ たまねぎ にんじん えのきたけ	精白米 油 さとう ごま トックもち	621 22.3 19.4	753 26.2 22.4	kcal g g
15	月	小型米粉パン	牛乳	ミートソーススパゲティ コーンサラダ	牛乳 豚肉 鶏肉 大豆	にんにく にんじん しめじ たまねぎ キャベツ トマト グリーンピース とうもろこし 枝豆	米粉パン 油 スパゲティ ドレッシング	625 27.3 19.2	783 34 22.7	kcal g g
16	火	豚 井	〃	具だくさんスープ お祝いクレープ	牛乳 豚肉 豆腐 ベーコン わかめ	しょうが こんにやく にんじん しいたけ たまねぎ 小松菜	精白米 油 さとう クレープ	652 22.9 21.1	768 26.8 23.2	kcal g g
17	水	ごはん	〃	野菜炒め 枝豆と豆腐のミンチカツ	牛乳 豚肉 いか 枝豆と豆腐のミンチカツ	しょうが にんじん たけのこ たまねぎ キャベツ さやいんげん	精白米 油 ごま	610 21.5 18.5	770 26.6 23	kcal g g
18	木	ごはん	〃	厚揚げのそぼろ煮 れんこんと枝豆の シャキシャキあえ	牛乳 豚肉 大豆 さつまあげ 厚揚げ	にんじん こんにやく 枝豆 たまねぎ さやいんげん れんこん とうもろこし キャベツ しょうが	精白米 油 ごま油 さとう じゃがいも ごま	644 24.2 17.2	779 28.4 21.5	kcal g g
19	金	ごはん 食育の日	〃	ふしめん入り若竹汁 さわらの南蛮漬	牛乳 豆腐 ちくわ わかめ さわら	にんじん たけのこ たまねぎ	精白米 油 さとう ふしめん てんぷん	610 24.2 17.2	752 30.3 20.3	kcal g g
22	月	米粉パン	牛乳	米粉シチュー ごぼうサラダ	牛乳 鶏肉 ベーコン ベーコン いんげん豆	キャベツ とうもろこし にんじん はくさい 小松菜 たまねぎ ごぼう	米粉パン バター さつまいも 卵なしマヨネーズ 米粉 ごま	619 21.8 20.7	766 26.6 24.2	kcal g g
23	火	ごはん	〃	とくしまたっぷりみそ汁 鶏肉のねぎソースあえ	牛乳 鶏肉 豚肉 豆腐 みそ	だいこん にんじん ねぎ しいたけ はくさい	精白米 油 ごま油 さとう さつまいも てんぷん ごま	682 26.4 20.6	828 31.7 23.9	kcal g g
24	水	ごはん	〃	マーボー豆腐 はるさめサラダ	牛乳 豚肉 鶏肉 大豆 みそ 豆腐	にんにく しょうが ねぎ にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ キャベツ きゅうり 枝豆	精白米 油 ごま油 さとう てんぷん ラー油 はるさめ ドレッシング	637 28 19.1	775 33.1 22	kcal g g
25	木	ごはん	〃	きんぴらごぼう さばの塩焼き	牛乳 豚肉 大豆 さつまあげ さば	しょうが こんにやく ごぼう にんじん さやいんげん	精白米 油 ごま油 さとう ごま	656 28.5 21.8	815 35.9 26.7	kcal g g
26	金	カレーライス	〃	れんこんとハムのサラダ	牛乳 豚肉 鶏肉 いんげん豆 脱脂粉乳	にんにく しょうが たまねぎ にんじん 枝豆 れんこん キャベツ	精白米 油 じゃがいも ドレッシング	663 22.1 21.3	805 26.4 24.6	kcal g g
30	月	ごはん	牛乳	みそけんちん汁 ハンバーグデミグラスソース	牛乳 ハンバーグ みそ 鶏肉 豆腐 油揚げ	だいこん こんにやく にんじん ごぼう ねぎ	精白米 油 さとう じゃがいも	614 25.4 18.2	750 30.8 21.6	kcal g g

献立は、材料の購入、その他の理由により 変更する場合があります。 ご了承ください。

入学・進級おめでとう



- ※ 10日(水) ~ . . . . . 中学校の給食開始
- ※ 15日(月) ~ . . . . . 幼稚園の給食開始
- ※ 15日(月) ~ . . . . . 小学校1年生の給食開始