



4月学校給食よていこんだて表



令和5年度

田野町給食センター

日	曜日	主食	牛乳	おかず (主菜・副菜・デザート)	体温やエネルギーになる食品(黄)		体をつくるものになる食品(赤)		体の調子をととのえる食品(緑)		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
					こめ・いも・砂糖など	油脂	肉・魚・たまご・豆製品など	乳製品・海藻・豆腐・納豆など	緑黄色野菜	その他の野菜・果物		
10	月	むぎごはん		五目肉じゃが レモン和え	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	サラダあぶら	ぶたにく あつあげ ツナ	ぎゅうにゆう	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにやく キャベツ もやし レモンじる	幼	給食なし
11	火	たけのこ ごはん		春キャベツとハムのサラダ 栄養満点さつまいも汁 いちごクレープ	こめ さとう さつまいも	サラダあぶら	あぶらあげ とりにく ハム かつおぶし かまぼこ みそ	ぎゅうにゆう	にんじん ねぎ	たけのこ えだまめ キャベツ きゅうり ゆず えのきたけ	幼	453 17.7
12	水	豚丼		きゅうりのピクルス にらスープ	こめ おおむぎ さとう	サラダあぶら	ぶたにく とうふ かつおぶし	ぎゅうにゆう	にんじん ねぎ にら	たまねぎ えのきたけ こんにやく きゅうり だいこん ゆず	幼	395 16.5
13	木	ごはん		さわらの西京焼き いろどりおかか和え たけのことふきの炊き合わせ	こめ さとう	ごま	さけ みそ かつおぶし あつあげ さつまあげ	ぎゅうにゆう	こまつな にんじん	キャベツ コーン たけのこ こんにやく ふき	幼	441 19.6
14	金	ごはん		鶏のからあげ おひたし すまし汁	こめ でんぶ さとう	サラダあぶら	とりにく かつおぶし とうふ	ぎゅうにゆう わか め	こまつな にんじん ねぎ	しょうが にんにく キャベツ コーン だいこん えのきたけ	幼	416 18.0
17	月	ごはん		豚のしょうが焼き 春雨サラダ 元氣汁	こめ さとう はるさめ	サラダあぶら	ぶたにく ハム あぶらあげ ちくわ みそ	ぎゅうにゆう わか め	ねぎ にんじん だいこん	たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい	幼	438 19.1
18	火	五目うどん		ポテトとお菜のささみカツ ハムサラダ	うどん さとう	サラダあぶら	ぶたにく あぶらあげ ハム	ぎゅうにゆう	にんじん	しいたけ だいこん はくさい きゅうり キャベツ コーン ゆず	幼	404 21.5
19	水	カレーライス		福神漬け 新玉ねぎとさきいかのサラダ あおりんごゼリー	こめ おおむぎ じゃがいも あおりんごゼリー	サラダあぶら マヨネーズ	ぎゅうにく ぶたにく ハム さきいか	ぎゅうにゆう	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ えだまめ ふくじんづけ きゅうり	幼	479 18.3
20	木	ごはん		さけのあげほの焼き ごまあえ たぬき汁	こめ さとう でんぶ	マヨネーズ ごま ごまあぶら	さけ みそ かつおぶし さつまあげ あぶらあげ	ぎゅうにゆう	にんじん ほうれんそう ねぎ	キャベツ こんにやく えのきたけ しょうが	幼	483 20.3
21	金	ごはん		鶏の照り焼き キャベツのゆず和え わかたけスープ	こめ さとう		とりにく かつおぶし とうふ	ぎゅうにゆう わか め こんぶ	ねぎ	しょうが キャベツ きゅうり だいこん ゆず たけのこ えのきたけ	幼	398 18.7
24	月	レタス チャーハン		にんじんごまサラダ かきたま汁	こめ おおむぎ さとう でんぶ	ごまあぶら ごま サラダあぶら	やきぶた たまご ハム かつおぶし かまぼこ とうふ	ぎゅうにゆう	にんじん ねぎ	たまねぎ レタス キャベツ もやし きゅうり えのきたけ	幼	393 17.6
25	火	むぎごはん		八宝豆腐 もやしのナムル 小童	こめ おおむぎ さとう でんぶ	サラダあぶら ごまあぶら	ぶたにく とうふ ハム	ぎゅうにゆう	にんじん にら	しょうが しいたけ たまねぎ たけのこ キャベツ もやし きゅうり こなつ	幼	386 19.7
26	水	コッパン		鶏肉のマーマレード焼き マセドアンサラダ コンソメスープ	コッパン マーマレードジャム じゃがいも	マヨネーズ	とりにく ハム ベーコン	ぎゅうにゆう	にんじん パセリ	きゅうり キャベツ たまねぎ	幼	426 19.7
27	木	ごはん		しいらのゆず揚げ キャベツのゆかり和え 豆腐のみそ汁	こめ でんぶ さとう じゃがいも	サラダあぶら	しいら とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゆう かり り	ほうれんそう にんじん ねぎ	ゆず キャベツ しめじ だいこん	幼	424 21.2
28	金	むぎごはん		マーボー豆腐 からしじょうゆ和え	こめ おおむぎ さとう でんぶ	サラダあぶら ごまあぶら	とうふ ぶたにく みそ ハム	ぎゅうにゆう	にんじん ねぎ こまつな	たまねぎ しいたけ たけのこ にんにく しょうが キャベツ きゅうり もやし	幼	407 17.6

※予定献立は材料などの都合で変更することがあります。ご了承ください。

今年度もよろしくお願ひします！

新しい給食センターができてからあっという間に1年が過ぎました。昨年度も給食の運営にご理解・ご協力をいただきありがとうございます。令和5年度も、より安全・安心でおいしい給食を届けられるよう調理員さんと協力して頑張ります。

どうぞよろしくお願ひします。

なお、今年度からマスクの着用ルールが緩和されましたが、給食の準備の時間は、食中毒の予防など、衛生面の観点から全員がマスクを着用することになっていますので、ご準備をお願いいたします。



がつこんだて えいようか 4月献立 栄養価

B-901 B-902 B-903 B-904 B-905 B-906 B-907 B-908 B-909 B-910 B-911 B-912 B-913 B-914 B-915 B-916 B-917 B-918 B-919 B-920 B-921 B-922 B-923 B-924 B-925 B-926 B-927 B-928 B-929 B-930 B-931 B-932 B-933 B-934 B-935 B-936 B-937 B-938 B-939 B-940 B-941 B-942 B-943 B-944 B-945 B-946 B-947 B-948 B-949 B-950 B-951 B-952 B-953 B-954 B-955 B-956 B-957 B-958 B-959 B-960 B-961 B-962 B-963 B-964 B-965 B-966 B-967 B-968 B-969 B-970 B-971 B-972 B-973 B-974 B-975 B-976 B-977 B-978 B-979 B-980 B-981 B-982 B-983 B-984 B-985 B-986 B-987 B-988 B-989 B-990 B-991 B-992 B-993 B-994 B-995 B-996 B-997 B-998 B-999 B-1000	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミン				たんぱく質 区分	エネルギー 区分
						A	B1	B2	C		
2000kcal 月平均	808	27.4	28.7	328	2.5	255	0.45	0.53	29	2.5	4.9
2500kcal 目標値	850	25.0	20~30%	350	3.0	200	0.4	0.40	20	2.0	5.0
1000kcal 先達値(%)	98	110	100%	94	83	128	113	133	145	125	98

