



平成24年4月分給食予定献立表

墨田区立向島中学校

日付	献立名			使用食材			エネルギー	タンパク質
	主食	牛乳	おかず	体の組織を作る	体の調子を整える	主にエネルギー源	kcal	g
10 火	五目焼きそば	○	タピオカ入りフルーツポンチ 舟きゅうり	牛乳・豚肉・いか・むきえび・乳酸飲料	生姜・人参・筍・白菜・葱・もやし・いんげん・みかん・パイン缶・もも缶・きゅうり	油・蒸し中華・でんぶん・砂糖・タピオカ	904	35.8
11 水	ハヤシライス	○	もやしときゅうりの中華和え りんご	牛乳・牛肉	牛乳・にんにく・セロリ・玉葱・人参・トマトピューレ・きゅうり・もやし・りんご	米・油・バター・小麦粉・砂糖・白ごま・ごま油	920	25.7
12 木	(和食の日) ごはん	○	魚の七味焼き がめ煮 もずくスープ	牛乳・魚・鶏肉・豆腐・鶏卵・もずく	にんにく・生姜・葱・ごぼう・干し椎茸・れんこん・葱・人参・さやいんげん	米・ごま油・砂糖・こんにやく・里芋・でんぶん	828	35.5
13 金	ピザトースト	○	イタリアンスープ 海藻サラダごま風味 キウイフルーツ	牛乳・ベーコン・サラミソーセージ・ポークハム・ピザチーズ・鶏肉・粉チーズ・海藻ミックス	玉葱・マッシュルーム・ホールトマト・ピーマン・人参・ホールコーン・ほうれん草・キャベツ・きゅうり・キウイフルーツ	食パン・マーガリン・油・マカロニ・ごまペースト・砂糖	839	32.2
16 月	(世界の料理中国)麻婆ライス	○	マロニー入り拌三絲 デコボン	牛乳・豚ひき肉・赤みそ・豆腐・鶏卵・ポークハム	生姜・にんにく・筍・人参・干し椎茸・葱・さやいんげん・キャベツ・人参・もやし・きゅうり・デコボン	米・麦・油・砂糖・くず粉・ごま油・マロニー	907	36.6
17 火	穴子入り五目すし	○	田舎汁 じゃがいものごまみそ和え	牛乳・油あげ・蒸し穴子・鶏卵・きざみ海苔・豆腐・赤みそ・白みそ	かんぴょう・干し椎茸・人参・さやえんどう・人参・玉葱・大根・葱・小松菜	米・砂糖・白ごま・油・じゃがいも・ごま油・白ごま	914	31.8
18 水	チョコチップパン	○	魚のマスタードソースかけ 粉ふきいも きのこのクリームスープ	牛乳・そい・ベーコン・鶏肉・生クリーム	にんにく・セロリ・玉葱・生椎茸・しめじ・マッシュルーム・パセリ	チョコチップパン・じゃがいも・油・バター・小麦粉	854	37.6
19 木	きつねごはん	○	えび入りシューマイ からし和え いちご	牛乳・油揚げ・豚ひき肉・鶏ひき肉・むきえび	干し椎茸・生姜・玉葱・葱・キャベツ・もやし・人参・いちご	米・もち米・さとう・でんぶん・シューマイの皮	873	33.4
20 金	ごま風味うどん	○	草団子(季節に献立) もも缶	牛乳・鶏肉・赤みそ・白みそ・うぐいすきな粉	生姜・玉葱・人参・筍・干し椎茸・白菜・葱・小松菜・ほうれん草・もも缶	油・練りごま・冷凍うどん・白ごま・砂糖・白玉粉・小麦粉	776	26.6
23 月	ふわふわキーマカレー	○	じゃがいものハニーサラダ オレンジ	牛乳・豚ひき肉・大豆・豆腐	にんにく・セロリ・玉葱・人参・ホールトマト・さやいんげん・きゅうり・キャベツ・オレンジ	米・バター・小麦粉・じゃがいも・はちみつ	903	25.4
24 火	(季節の献立) たけにこごはん	○	焼きししゃも じゃがいもの田舎煮 かき玉汁	牛乳・鶏肉・油揚げ・ししゃも・鶏卵	生筍・人参・さやえんどう	米・油・じゃがいも・さとう・でんぶん	808	31.6
25 水	イカフライドッグ	○	ビーンズチャウダー わかめサラダ	牛乳・いか・鶏卵・ベーコン・豚肉・レンズ豆・生クリーム・生わかめ	キャベツ・にんにく・玉葱・人参・パセリ・キャベツ・きゅうり	マーガリンコップパン・油・小麦粉・乾燥パン粉・じゃがいも・米粉・ごま油	882	40.2
26 木	ごはん 手作りのりの佃煮	○	卵焼き 肉じゃが 月菜汁(季節の献立)	牛乳・きざみ海苔・鶏ひき肉・鶏卵・豚肉・鶏肉・油揚げ	人参・玉葱・小松菜・さやいんげん・大根	米・砂糖・油・白滝・じゃがいも・里芋・冷凍白玉	966	37.6
27 金	スパゲティミートソース	○	オニオンドレッシングサラダ いちご	牛乳・牛ひき肉・豚ひき肉・粉チーズ	にんにく・セロリ・玉葱・キャベツ・人参・ホールトマト・ピーマン・きゅうり・いちご	スパゲティ・油・さとう・小麦粉・じゃがいも・さとう	887	30.4

・献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください

今月の目標・・・協力して楽しい給食にしよう



ご入学・ご進級おめでとうございます。

学校給食の目的は、栄養バランスのとれた食事を食べるなかで、感謝の気持ちを培い、食事の自己管理能力を養い、日々の健康増進をはかろうとするものです。給食室でも成長期のみなさんの健康増進のため、おいしい給食を作りたいと思います。

生徒の皆さんは、給食をゆっくり食べられるよう、4校時終了後は手早く準備をしましょう。



白衣等洗濯のお願い

毎週金曜日給食当番の人は白衣・袋・帽子をご家庭に持ち帰ります。ご家庭で洗濯をお願いするとともに、月曜日には必ず白衣を学校へ持たせてください。



よろしくお願いいたします。

今年度の皆さんの給食を作ってくれる調理師さん紹介

給食調理の委託会社はフジ産業です。チーフ吉岡さん・サブチーフ田中さん・金野さん・長崎さん・中神さん・神村さんの6人です。顔を見かけたら給食の感想を言っていたら嬉しいです。そして、栄養士の松島です。何か給食について疑問がありましたら聞いてください。よろしくお願いいたします。

給食調理済み食品の放射能検査結果

墨田区では月1回各学校の調理済み食品の放射能検査を実施しています。平成24年2月分・3月分の検査結果は「検出せず」ができました。(検出限界10ベクレル) 4月から月1回検査を実施することになっています。