

4月の予定献立表



平成29年度 墨田中学校

♪入学・進級おめでとう♪

1年生のみなさん、墨田中へようこそ！
 中学校の給食は、基本的に小学校と変わりませんが、**①量が多く、②給食時間が短く**なります。食べる時間がなくならないように、給食当番だけでなく全員で協力して、てきばきと配膳準備をしましょう！



給食の調理を担当するのは、昨年度に続いて、一富士フードサービス(株)の方々です。栄養士は、熊谷文(くまがいふみ)です。9人の調理員さんと栄養士で力を合わせて頑張っていきますので、よろしくお祈りします。みなさんの「おいしい！」の声がパワーの源です。給食の感想など、何かありましたら栄養士までお気軽に☺

献立ピックアップ

❖18日(火):草だんご
 春らしい若草色のおだんごです。きなこをまぶします。

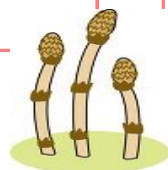


❖21日(金):たけのこごはん
 今が旬、生のたけのこを使います。春の香りを味わってください。



日	曜	主食	おかず	牛乳	体を作る 1群・2群	体の調子を整える 3群・4群	熱や力のもとになる 5群・6群	エネルギー (kcal)	卵白ク質 脂質 (g)
6	木	始業式							
7	金	入学式							
10	月	チキンライス	じゃがいものポタージュ・清見オレンジ		牛乳・鶏肉・豆乳・生クリーム	にんにく・たまねぎ・マッシュルーム・にんじん・ピーマン・セロリ・万能ねぎ・清見オレンジ	米・バター・油・小麦粉・じゃがいも	832	23.6 26.3
11	火	ホットサンド	ミネストローネ・バナナ		牛乳・ハム・チーズ・ベーコン・豚肉	セロリ・たまねぎ・ホールトマト・バナナ	パン・バター・油・じゃがいも・マカロニ	816	33.2 35.3
12	水	ごはん	鮭の塩焼き・肉じゃが・和風もやしスープ		牛乳・鮭・豚肉	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・もやし・こまつな	米・油・しらたき・じゃがいも・さとう	832	35.7 23.2
13	木	五目焼きそば	アロエ入りフルーツカクテル		牛乳・豚肉・いか・むきえび	しょうが・にんじん・だいこん・きゃべつ・ねぎ・もやし・さやいんげん・パイン缶・みかん缶・黄桃缶・アロエ缶	蒸し中華めん・油・でんぷん・さとう	842	34.0 20.2
14	金	麻婆ライス	大根のナムル・りんご		牛乳・豚肉・赤みそ・豆腐	しょうが・にんにく・たけのこ・にんじん・干しいたけ・ねぎ・さやいんげん・だいこん・こまつな・もやし・りんご	米・麦・さとう・くす粉・油・こま	857	33.2 24.8
17	月	ごはん・海苔の佃煮	魚のあけぼのおろし・じゃがいもの煮物・ごまあえ		牛乳・のり・めだい	しょうが・だいこん・にんじん・きゃべつ・もやし・こまつな	米・さとう・でんぷん・油・じゃがいも・こま	755	32.5 14.1
18	火	かき卵うどん	草だんご・黄桃		牛乳・鶏肉・油揚げ・卵・のり・きなこ	干しいたけ・にんじん・たまねぎ・はくさい・ねぎ・こまつな・黄桃缶	うどん・油・でんぷん・さとう・白玉粉・小麦粉	786	28.8 21.2
19	水	ふわふわキーマカレー	もやしのサラダ・清見オレンジ		牛乳・豚肉・大豆・豆腐	にんにく・セロリ・たまねぎ・にんじん・ホールトマト・さやいんげん・もやし・きゅうり・清見オレンジ	米・バター・油・小麦粉・こま・さとう	819	25.8 22.9
20	木	ピーナッツクリームコッペ	魚の Tandori 風・ポテトの香味あえ・イタリアンスープ		牛乳・もろかさま・ヨーグルト・あおのり・ベーコン・鶏肉・卵・チーズ	にんにく・しょうが・たまねぎ・にんじん・ホールコーン・こまつな	パン・ピーナッツクリーム・じゃがいも・こま・油	838	38.8 37.8
21	金	たけのこごはん	揚げししゃも・豚汁・冷凍パイ		牛乳・鶏肉・油揚げ・ししゃも・豚肉・豆腐・白みそ・赤みそ・わかめ	たけのこ・にんじん・さやいんげん・ごぼう・だいこん・ねぎ・冷凍パイ	米・もち米・油・でんぷん・こんにゃく・じゃがいも	876	34.1 28.3
24	月	五目そば	変わり漬け・月菜汁		牛乳・鶏肉・むろあじ・卵・油揚げ	しょうが・にんじん・干しいたけ・ごぼう・さやいんげん・はくさい・きゅうり・だいこん・こまつな	米・油・さとう・じゃがいも・冷凍白玉	844	32.9 21.3
25	火	わかめ大豆ごはん	魚のレモン風味揚げ・磯香あえ・利休汁		牛乳・大豆・わかめごはんの素・ホキ・のり・油揚げ・白みそ	レモン・きゃべつ・もやし・にんじん・こまつな・だいこん・ねぎ	米・こま・油・でんぷん・さとう	793	33.9 22.4
26	水	みそラーメン	フライドポテト(青のり)・でこぼん		牛乳・豚肉・赤みそ・あおのり	しょうが・にんにく・にんじん・きゃべつ・もやし・ねぎ・にら・でこぼん	中華めん・油・じゃがいも	752	29.4 25.8
27	木	フレンチトースト	ホワイトシチュー・豆のサラダ		牛乳・卵・ベーコン・豚肉・生クリーム・ひよこ豆	セロリ・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・パセリ・きゃべつ・きゅうり	パン・さとう・バター・油・じゃがいも・小麦粉・はちみつ	833	30.2 37.6
28	金	ごはん	大豆入り卵焼き・ひじきの炒め煮・みそ汁		牛乳・鶏肉・大豆・卵・ひじき・油揚げ・わかめ・白みそ	たまねぎ・にんじん・さやいんげん	米・油・さとう・しらたき・じゃがいも	825	32.2 23.9
29	土	昭和の日							

◎献立内容は都合により変更する場合があります。



今年度の給食費について

1ヶ月 5,430円 × 11ヶ月 (8月除く)

年間 59,730円 です。

上記金額を、5~1月の9回で引落予定です。

