

4月の予定献立表



平成30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、よろしくお願ひします。みなさんの「おいしい！」の声のパワーの源です。給食の感想など、何かありましたら栄養士までお気軽に☺

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	金	始業式							
9	月	入学式							
10	火	炒飯	ワンタンスープ・いちご		牛乳・豚肉・卵	にんにく・しょうが・にんじん・チンゲン菜・生しいたけ・ねぎ・たまねぎ・もやし・ほうれんそう・いちご	米・油・さとう・ワンタン皮	766	26.7 20.0
11	水	ホットサンド	ミネストローネ・でこぼん		牛乳・ハム・チーズ・ベーコン・豚肉	セロリ・たまねぎ・トマト・でこぼん	パン・バター・油・じゃがいも・マカロニ	816	33.2 35.3
12	木	五目焼きそば	アロエ入りフルーツカクテル		牛乳・豚肉・むきえび	しょうが・たまねぎ・にんじん・干しいたけ・たけのこ・キャベツ・もやし・にら・パイン缶・みかん缶・黄桃缶・アロエ缶	蒸し中華めん・油・さとう・くす粉	805	31.8 18.7
13	金	ごはん	鮭の塩焼き・肉じゃが・もずくスープ		牛乳・鮭・豚肉・豆腐・卵・もずく	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・万能ねぎ	米・油・しらたき・じゃがいも・さとう・でんぶん	848	36.8 24.6
16	月	えびクリームライス	じゃがいものハニーサラダ・清見オレンジ		牛乳・鶏肉・むきえび・生クリーム・チーズ	にんじん・たまねぎ・しめじ・パセリ・きゅうり・キャベツ・清見オレンジ	米・バター・油・小麦粉・じゃがいも・はちみつ	921	26.9 30.4
17	火	みそ煮込みうどん	変わり漬け・りんごケーキ		牛乳・豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ・卵	にんにく・しょうが・たまねぎ・にんじん・たけのこ・干しいたけ・ねぎ・ほうれんそう・キャベツ・きゅうり・りんご	うどん・油・さとう・小麦粉・バター	868	30.7 33.8
18	水	マーボー丼	ハンバーグ・拌三絲・バナナ		牛乳・豚肉・赤みそ・豆腐	にんにく・しょうが・ねぎ・にんじん・たけのこ・さやいんげん・キャベツ・きゅうり・バナナ	米・麦・油・さとう・くす粉・はるさめ	895	34.8 25.4
19	木	たけのこごはん	揚げししゃも・豚汁		牛乳・鶏肉・油揚げ・ししゃも・豚肉・豆腐・白みそ・赤みそ・わかめ	生たけのこ・にんじん・さやいんげん・ごぼう・だいこん・ねぎ	米・もち米・油・でんぶん・こんにゃく・じゃがいも	845	34.1 28.3
20	金	フレンチトースト	マレンゴシチュー・キャベツのサラダ		牛乳・卵・ベーコン・鶏肉・むきえび	セロリ・にんにく・たまねぎ・にんじん・トマト・ピーマン・キャベツ・きゅうり・ホールコーン	パン・さとう・バター・油・じゃがいも・小麦粉	796	28.9 30.7
23	月	親子丼	大根サラダ・和風もやしスープ		牛乳・鶏肉・かまぼこ・卵・わかめ・豚肉	たまねぎ・ほうれんそう・だいこん・きゅうり・にんじん・もやし・万能ねぎ	米・麦・ごま・さとう・油	830	33.9 24.3
24	火	わかめ大豆ごはん	魚のレモン風味揚げ・磯香あえ・みそ汁		牛乳・大豆・わかめごはんの素・ホキ・のり・白みそ	レモン・キャベツ・もやし・にんじん・ほうれんそう・たまねぎ・万能ねぎ	米・ごま・油・でんぶん・さとう・じゃがいも	765	32.4 18.0
25	水	ごま風味うどん	草だんご・黄桃		牛乳・鶏肉・赤みそ・白みそ・きな粉	しょうが・たまねぎ・にんじん・たけのこ・干しいたけ・はくさい・ねぎ・ほうれんそう・あしたば・黄桃缶	うどん・油・ごま・さとう・白玉粉・小麦粉	768	26.2 21.2
26	木	ふりかけごはん(ひじき)	大豆入り卵焼き・じゃがいもの煮物・清見オレンジ		牛乳・ひじき・削り節・鶏肉・大豆・卵	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・清見オレンジ	米・油・さとう・ごま・じゃがいも	835	28.9 20.3
27	金	ピーナッツクリームコッペ	魚のタンドリー風・ポテトの香味あえ・イタリアンスープ		牛乳・もうかさめ・ヨーグルト・青のり・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・ほうれんそう	パン・ピーナッツクリーム・じゃがいも・ごま・油	838	38.8 37.8
30	月	休日							

献立ピックアップ

☆19日(木): 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。



☆25日(水): 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。



今年度の給食費について
 昨年度と金額が違います。
 ご注意ください。

1ヶ月 5,525円 × 11ヶ月(8月除く)
 年間 60,775円 です。

◎献立内容は都合により変更する場合があります。

