



4月 献立表(予定)



2023年 給食回数15回 甘楽町学校給食センター TEL・FAX 74-5072

日	曜	献立名			1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	家で食べて ほしい食品
		主食	飲物	おかず	たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン	炭水化物	脂質		
10	月	背割り コッペパン	牛乳	白身魚フライ タルタルソース 春野菜ポトフ 杏仁フルーツ和え	ホキ ウインナー 豚肉	牛乳	にんじん	キャベツ 玉ねぎ アスパラガス きゅうり もも みかん バイン	パン パン粉 小麦粉 じゃがいも 杏仁豆腐	油 マーガリン	903 32.6	
11	火	麦ご飯	牛乳	ポークカレー 海藻サラダ 福神漬 ●ヨーグルト	豚肉 豆乳	牛乳 わかめ 海藻 ヨーグルト	にんじん トマト	玉ねぎ りんご にんにく しょうが キャベツ きゅうり しそ 大根 なす れんこん	米 麦 じゃがいも	油	813 28.9	
		入学・進級お祝い献立										
12	水	お赤飯 ごま塩	牛乳	エビフライ 宮内菜の磯香和え 豚汁 お祝ゼリー	えび 豆腐 豚肉 豆乳	牛乳 のり	にんじん 宮内菜	キャベツ ごぼう ねぎ しじみ こんにゃく しいたけ 大根	もち米 パン粉 ゼリー 小麦粉 じゃがいも	油 ごま油	751 29.3	
13	木	小背割り コッペパン	牛乳	ウインナー ケチャップソースかけ 焼きそば スーミータン	豚肉 卵 ウインナー いか	牛乳	にんじん ピーマン チンゲン菜	キャベツ 玉ねぎ もやし コーン 干しいたけ	パン やきそば麺 片栗粉 砂糖	油	892 38.8	
14	金	ご飯	牛乳	コーン焼売 宮内菜といかのナムル 厚揚げとチンゲン菜の オイスターソース炒め	厚揚げ 豚肉 いか たら 鶏肉 卵	牛乳	にんじん チンゲン菜 宮内菜	コーン 玉ねぎ しょうが しめじ ねぎ たけのこ もやし	米 砂糖 片栗粉 小麦粉	油 ごま油 ドレッシング	819 35.7	
17	月	パーカーハウス	牛乳	キャベツメンチカツ(ソース) グリーンサラダ ミネストローネ	鶏肉 ベーコン	牛乳	にんじん トマト パセリ	キャベツ 玉ねぎ にんにく きゅうり コーン	パン パン粉 小麦粉 マカロニ じゃがいも	油 ドレッシング	794 28.1	
		中学校 リクエスト献立										
18	火	わかめご飯	牛乳	鶏の唐揚げ シーザーサラダ ABCスープ ♣レモンカスターダルト	鶏肉 ベーコン	牛乳 わかめ	にんじん 赤ピーマン	しょうが にんにく キャベツ きゅうり 玉ねぎ えだまめ	米 タルト 片栗粉 じゃがいも マカロニ クルトン	油 ドレッシング	990 33.3	
19	水	ご飯	牛乳 ミル メーク	花型豆腐ハンバーグ おろしソースかけ ♣コーンの磯煮 春キャベツの味噌汁	鶏肉 豆腐 おから 油揚げ	牛乳 ひじき	にんじん	玉ねぎ 大根 にんにく こんにゃく コーン たけのこ キャベツ しょうが	米 砂糖 ミルク じゃがいも	油	756 28.2	
20	木	小ココアパン	牛乳	春野菜のパペロンチーノ チーズサラダ トマトと玉子のスープ	ベーコン ウインナー 卵	牛乳 チーズ	にんじん チンゲン菜 トマト 赤ピーマン	にんにく 玉ねぎ キャベツ きゅうり マッシュルーム アスパラガス コーン	パン スバゲティ 片栗粉	オリーブオイル ドレッシング	882 34.8	
21	金	こぎつねご飯	牛乳	厚焼き玉子 青菜のごま和え 若竹汁	鶏肉 油揚げ 卵 豆腐	牛乳 わかめ	にんじん アブラナ	しょうが たけのこ 玉ねぎ	米 麦 砂糖	油 ごま	748 36.7	
24	月	小コッペパン チョコクリーム	牛乳	竹輪の磯辺揚げ 小松菜サラダ おっきりこみ	竹輪 鶏肉 油揚げ ツナ	牛乳 青海苔	にんじん 小松菜	ごぼう ねぎ しいたけ しめじ きゅうり キャベツ レモン	パン 砂糖 チョコクリーム 里芋 小麦粉 おっきりこみ	油	867 35.6	
25	火	麦ご飯	牛乳	鶏の照り焼き 上州きんぴら 新玉葱の味噌汁	鶏肉 さつまいも 油揚げ 豆腐	牛乳	にんじん いんげん	しょうが にんにく ごぼう こんにゃく 玉ねぎ	米 麦 砂糖 じゃがいも	油	755 29.6	
26	水	ご飯	牛乳	鯖の香り味噌焼き 春キャベツのゆかり和え 黄金煮	鯖 豚肉 厚揚げ	牛乳	にんじん	玉ねぎ こんにゃく たけのこ キャベツ きゅうり ねぎ しょうが しそ	米 じゃがいも 砂糖 片栗粉	油 ごま油	789 36.3	
27	木	ツイストパン	牛乳	クリスピーチキン アーモンドサラダ コーンシチュー 清見オレンジ	鶏肉 ベーコン	牛乳 脱脂粉乳	にんじん チンゲン菜	玉ねぎ コーン エリンギ キャベツ きゅうり にんにく 清見オレンジ	パン じゃがいも 小麦粉	油 バター アーモンド ドレッシング	919 35.7	
		～味の旅～ 静岡県										
28	金	かき揚げ丼 天丼のたれ	牛乳	桜エビのかき揚げ 切り干し大根のピリ辛和え 駿河汁 甘夏ゼリー	鰯 鶏肉 豆腐 たら	牛乳 桜エビ	にんじん 小松菜	切り干し大根 ねぎ きゅうり こんにゃく ごぼう しょうが 玉ねぎ	米 砂糖 小麦粉 ゼリー	油 ごま油 ごま ラー油	820 26.0	

* 材料購入の関係で、献立を変更する場合があります。
●印は、業者配送 ○印は、ハッピーにんじんの日

♣印は給食カード10ポイント達成した
クラスからのリクエストです。【3月までのクラスです】
18日：レモンカスターダルト（新屋小1年・福島小5年）
19日：ミルメーク（福島小1年）
19日：コーンのいそ煮（福島小5年）

太字の食品は、甘楽・富岡で作られた食材です。
今月は、**きゅうり・小松菜・宮内菜・米**です。
※宮内菜は、甘楽町産の有機野菜です。



献立表、給食だより、給食センターの取組みなどは給食センターのホームページにのっています。右のQRコードからか、町のホームページのトップ画面の各課の案内 → 教育課 学校教育係 → 給食センターの順にクリック！

中学校月平均	
エネルギー	833 kcal
たんぱく質	32.6 g
脂質	28.2 g
塩分	3.0 g

