



4月 献立表(予定)



2024年

給食回数15回

(中学校)

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		
9 火	麦ご飯	牛乳	ポークカレー 海藻サラダ ●ヨーグルト	豚肉	牛乳 ヨーグルト *海藻 わかめ	にんじん トマト	キャベツ きゅうり 玉ねぎ りんご しょうが にんにく	米 麦 じゃが芋 さつまいも	油	771 26.1	果物
10 水	ご飯 おかかふりかけ	牛乳	黄金煮 春キャベツの浅漬け オレンジ	豚肉 厚揚げ	牛乳 かつお節 海苔	にんじん	キャベツ 玉ねぎ きのこ にんにく オレンジ	米 砂糖 じゃが芋 さつまいも 片栗粉	油	760 24.9	緑黄色野菜
11 木	ツイストロール パン	牛乳	オムレツのトマトソースかけ ジャコサラダ 米粉のスープ	卵 鶏肉	牛乳 *しらす	にんじん チンゲン菜	きゅうり キャベツ コーン 玉ねぎ しめじ	パン 砂糖 じゃが芋 米粉	油 ごま油	747 30.0	豚肉
入学・進級 お祝い献立			センターでソースをかけます。								
12 金	お赤飯 ごま塩	牛乳	エビフライ 3個 宮内菜のごま和え すまし汁 お祝いさくらゼリー	小豆 エビ なると 鶏肉	牛乳	にんじん ★宮内菜	もやし 玉ねぎ 干しいたけ	もち米 パン粉 砂糖 ゼリー 小麦粉	油 ごま	771 29.2	野菜
15 月	コッペパン いちごジャム	牛乳	ハンバーグデミソースかけ ジャーマンポテト ABCスープ	豚肉 鶏肉 ベーコン	牛乳 粉チーズ	にんじん パセリ	玉ねぎ にんにく コーン 枝豆 キャベツ	パン 砂糖 パン粉 ジャム じゃが芋 マカロニ	バター	850 37.1	海藻類
16 火	ご飯	牛乳	厚揚げとチンゲン菜の オイスターソース炒め 切り干し大根のナムル なめこ汁	厚揚げ 豚肉 豆腐	牛乳	にんじん チンゲン菜	切り干し大根 しょうが 玉ねぎ きのこ もやし	米 砂糖 片栗粉	油 ごま油 ごま	778 31.5	芋類
福島小 リクエスト献立			センターでソースをかけます。								
17 水	わかめご飯	牛乳	▲鶏の唐揚げ 2個 シーザーサラダ(クルトン) 春雨スープ	鶏肉 ツナ	牛乳 わかめ	にんじん にら	しょうが キャベツ 玉ねぎ 干しいたけ	米 片栗粉 クルトン マロニー	油 ドレッシング	751 40.8	大豆製品
18 木	背割り コッペパン	牛乳	ウイナーケチャップソース ソース焼きそば スーミータン	ウイナー 豚肉 卵	牛乳 青海苔	にんじん チンゲン菜 トマト	キャベツ 玉ねぎ コーン もやし	パン 砂糖 中華麺 片栗粉	油	833 34.1	海藻類
19 金	麦ご飯	牛乳	中華丼の具 フルーツゼリー和え	豚肉 イカ なると	牛乳	にんじん チンゲン菜	しいたけ にんにく しょうが 玉ねぎ キャベツ もやし バナナ パイナップル もも	米 麦 片栗粉 砂糖 ゼリー	油	783 25.6	小魚
センターでソースをかけます。											
22 月	パーカーハウス	牛乳	白身魚フライ コーンサラダ 春野菜のポトフ	タラ 豚肉 ウイナー	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり コーン 玉ねぎ アスパラガス	パン じゃが芋 パン粉 砂糖 小麦粉	油	829 35.2	豆類
23 火	麦ご飯	牛乳	ハヤシライス グリーンサラダ 美生柑	豚肉	牛乳	にんじん トマト	にんにく しょうが マヨネーズ りんご キャベツ きゅうり 枝豆 みしょうかん	米 麦 じゃが芋	油 ドレッシング	789 28.1	種実類
24 水	ご飯	牛乳	鯖のねぎソースかけ 上州きんぴら 若竹汁	サバ 鶏肉 豆腐 さつま揚げ	牛乳 わかめ	にんじん	葉ねぎ しょうが ごぼう にんにく 玉ねぎ きのこ	米 砂糖 片栗粉	油 ごま油	780 33.4	果物
25 木	ココアパン	牛乳	春野菜のスパゲッティ グリルチキン トマトスープ	ベーコン 鶏肉	牛乳	にんじん 赤ピーマン トマト	にんにく キャベツ マヨネーズ 玉ねぎ アスパラガス コーン	パン スパゲッティ じゃが芋	オリーブオイル	769 38.6	豚肉
味の旅 ~兵庫県~											
26 金	とふめし	牛乳	鶏肉のレモン漬け 宮内菜のおかか和え パチ汁	豆腐 サバ 鶏肉 油揚げ	牛乳 かつお節	にんじん ★宮内菜	もやし 玉ねぎ 葉ねぎ ごぼう 干しいたけ レモン	米 砂糖 片栗粉 そうめん	油	789 40.7	果物
29 月	昭和の日										
30 火	▲キムタク ご飯	牛乳	厚焼き玉子 わかめスープ ▲レモンカスタードタルト	卵 豚肉 豆腐	牛乳 わかめ	にんじん にら	しょうが 大根 白菜 にんにく りんご 玉ねぎ レモン	米 砂糖 小麦粉	油 ごま ごま油 マーガリン	748 27.7	魚介類

*材料購入の関係で、献立を変更する場合があります。
 印は、ハッピーにんじんの日 ●印は、学校へ業者が直接配送
(型抜きしたハートや星、鮎やもみじなど季節に合わせたハッピーにんじんが入ります。)

▲印は給食カード10ポイント達成したクラスのクエストです。

【3月までのクラス】

17日：甘楽中旧1の2

30日：キムタクごはん 甘楽中旧2の3

レモンカスタードタルト 甘楽中旧1の1、旧2の4



★★給食はよくかんで ゆっくりたべましょう!★★

太字の食品は、甘楽・富岡で作られた食材です。
 今月は、米・きゅうり・小松菜・しいたけ・にら・
 にんじん・ねぎ・葉ねぎ・なめこ・宮内菜です。
 ★印は、甘楽町産の有機野菜です。

*海藻・・・エビ・カニ類が生息している海域で養殖されています。
 *しらす・・・エビ・カニが混ざる漁法で採取しています。



中学校月平均	
エネルギー	783kcal
たんぱく質	33.2g
脂質	23.1g
塩分	2.9g