

平成31年 4月

学校給食献立表

滑川町教育委員会

日付		献立				食品群			栄養量								
日	曜	スプーン	主食	牛乳	おかず	汁物	血や肉を作る	力や体温となる	身体の調子を整える	小エネルギー	小蛋白質	中エネルギー	中蛋白質				
10	水	○	小・クロワッサン (小4~) 中・デニッシュペストリー		きなこあげパン ひじきのサラダ (ドレッシング) 中・ヨーグルト	ミネストローネ	牛乳 豚肉 ベーコン きな粉 ひじき ヨーグルト	クロワッサン デニッシュペストリー コッパン ジャガ芋 マカロニ オリーブ油 蒟蒻油 砂糖 香味塩ドレッシング	にんにく 玉葱 人参 セロリー カットトマト キャベツ 胡瓜	618	19.1	824	27.2				
11	木	○	ごはん		ビビンバ 小・はらじゆくドッグ (ココアバナナ) 中・はらじゆくドッグ (チーズ)	ワンタン スープ	牛乳 鶏肉 豚肉	白飯 ごま油 ワンタン ごま 砂糖 原宿ドッグ	人参 キャベツ もやし にら 長葱 にんにく 生姜 ほうれん草	688	24.9	860	30.4				
12	金		ごはん		きりぼしだいこんのサラダ (ドレッシング) とりのからあげ のりふりかけ	じゃがいもの みそしる	牛乳 豆腐 わかめ 味噌 のりふりかけ 鶏の唐揚げ	白飯 ジャガ芋 油 具沢山玉葱ドレッシング	小松菜 人参 長葱 切干大根 キャベツ 胡瓜	607	25.7	803	33.4				
15	月	○	ごはん		とりごぼうピラフのぐ ミートボールケチャップソース	キャロット スープ	牛乳 ベーコン 鶏肉 脱脂粉乳 シュレッドチーズ パター 生クリーム 卵もぼろ 肉団子	白飯 きび砂糖	玉葱 うらごし人参 パセリ ごぼう 人参 コーン 枝豆	697	27.2	918	34.9				
16	火		ごはん		しんじゃがのそぼろに あげざかなのなんばんづけ		牛乳 豚肉 あじフィレ澱粉付 ソフトかれい澱粉付	白飯 ジャガ芋 油 砂糖 ごま油	玉葱 人参 枝豆 にんにく 生姜 長葱	655	24.5	814	28.1				
17	水				ふれあい弁当の日												
18	木		さくらごはん		《しよくいくのひ：しすおかけんのりより》 ちんげんさいとツナのソテー くろはんぺんフライ	いけんだにみそ	牛乳 すり身ボール わかめ 味噌 まぐろ水煮 黒はんぺんフライ	茶飯 油	白菜 大根 人参 長葱 生姜 もやし チンゲン菜 コーン	625	27.4	766	32.4				
19	金	○	小・バターロール 中・ぶどうパン		はるキャベツのペペロンチーノ やきウイナー あんにんどうふ		コーヒー牛乳 ベーコン ウイナー	バターロール ぶどうパン スパゲッティ オリーブ油 杏仁豆腐	にんにく 玉葱 キャベツ パセリ 赤ピーマン ミックスフルーツ (りんご・黄桃・白桃・洋梨) みかん缶 パイン缶	694	20.4	856	24.8				
22	月		ごはん		いとこんにゃくのにももの とりにくのてりやき 中・ストロベリータルト	ごまキムチじる	牛乳 豆腐 味噌 豚肉 照り焼きチキン	白飯 蒟蒻油 ごま ごま油 砂糖 ストロベリーカスタードタルト	長葱 人参 大根 ごぼう キムチ漬け 玉葱 青ピーマン	610	24.4	890	30.0				
23	火	○	ごはん		さばのしおやき たけのこごはんのぐ	とんじる	牛乳 豚肉 鶏肉 豆腐 味噌 油揚げ さばの塩焼き	白飯 蒟蒻油 砂糖 砂糖	長葱 人参 大根 ごぼう 筍 枝豆 干し椎茸	712	31.2	874	36.0				
24	水		じごなうどん		はるキャベツのおひたし (しょうゆ・かつおパック) ちくわのいそべあげ	おかめじる	牛乳 鶏肉 油揚げ 蒲鉾 昆布 竹輪 青のり かつお削り 油	地粉うどん ごま油 きび砂糖 小麦粉 油	人参 大根 長葱 小松菜 キャベツ もやし	654	26.5	818	33.5				
25	木	○	ごはん		マーボーどうふ かにたま		牛乳 豆腐 豚肉 味噌 フヨウハイ	白飯 砂糖 油 ごま油 澱粉 きび砂糖	玉葱 長葱 人参 にんにく 生姜 筍 干し椎茸 にら	638	26.1	816	32.6				
26	金	○	小・むぎごはん 中・ごはん		カラフルサラダ (ドレッシング) 中・やさいとたまごのオープンやき 小・ヨーグルト	カレー	牛乳 豚肉 ヨーグルト 野菜と卵のオープン焼き	白飯 麦ご飯 ジャガ芋 油 シュレッドチーズ 脱脂粉乳 きび砂糖 かんきつドレッシング	玉葱 人参 生姜 にんにく キャベツ 胡瓜 コーン 赤ピーマン	695	21.8	894	27.9				
12回										平均栄養量				658	24.9	844	30.9
※材料入荷の都合により献立を一部変更することがあります。										栄養基準量				640	18~32	820	25~40

☆小学1年生〈簡単給食〉

- ・12日(金) クロワッサン、牛乳、ぶどうゼリー
- ・15日(月) デニッシュペストリー、牛乳、ヨーグルト
- ・16日(火) ツイストパン、牛乳、りんごゼリー
- ・18日(木)より完全給食になります。