



4月よていこんだて



日		献立名			主 な 材 料 名						栄養価			
					体をつくる ＜あか＞		体のちょうしをととのえる ＜みどり＞		ねつや力のもとになる ＜きいろ＞		エネルギー (kcal)	たんぱく 質 (g)		
					たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物	脂質				
8	火	ごはん	牛乳	春巻 中華あえ チゲ汁	ぶた肉 豆腐 みそ	牛乳	にんじん にら	キャベツ きゅうり しょうが 白菜キムチ ねぎ	ごはん さとう 春巻の皮	油 ごま油	641 780	21.5 25.7		
9	水	ごはん	牛乳	◆二色そばろ 昆布野菜 大根のみそ汁	とり肉 たまご 油揚げ	だいず 豆腐 みそ	牛乳 塩昆布	にんじん	しょうが キャベツ だいこん たまねぎ ねぎ	ごはん さとう	油	620 801	27.4 34.6	
10	木	ごはん	牛乳	いわしのカレーメンチ ◆鶏肉と大根の煮物 豆乳みそ汁	いわし とり肉 厚揚げ みそ	たら いか 豆乳	牛乳	にんじん こまつな	だいこん しらたき えのきたけ たまねぎ	ごはん さとう パン粉 じゃがいも	油	643 823	25.5 31.1	
11	金	ゆめロール	牛乳	オムレツの大豆ミートソースかけ フレンチサラダ コーンスープ	たまご だいず とり肉		牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	たまねぎ きゅうり キャベツ コーン	ゆめロール さとう	油	662 844	24.8 30.2	
14	月	ごはん	牛乳	群馬県の伝統食～ソースカツ～ ソースカツ 小松菜のごまあえ かきたま汁	ぶた肉 たまご	豆腐	牛乳	こまつな にんじん にら	たまねぎ ねぎ えのきたけ	ごはん さとう パン粉 かたくりこ	油 ごま	642 823	22.8 28.1	
15	火	黒パン	牛乳	ハムピカタ かんてんサラダ（イタリアン） ミネストローネ	ハム ぶた肉	たまご だいず	牛乳 かんてん麺	にんじん トマト	きゅうり コーン にんにく	キャベツ たまねぎ	黒パン じゃがいも マカロニ	油 ドレッシング	586 759	25.4 32.4
16	水	かやくごはん	牛乳	大阪府の郷土料理 たこやき（小2個・中3個） 大根と水菜のサラダ （和風クリーミー） 肉すい	とり肉 ぶた肉 油揚げ	たこ 豆腐	牛乳	にんじん きょうな こねぎ	こんにゃく えのきたけ ごぼう しいたけ ねぎ	ごはん こむぎこ さとう	油 ドレッシング	659 873	24.7 31.0	
17	木	パーカー ハウス	ジョア プレーン	ハンバーグのケチャップソースかけ コールスローサラダ 豆乳チャウダー	ぶた肉 ベーコン	とり肉 豆乳	ジョア	にんじん	キャベツ たまねぎ コーン エリンギ	パーカーハウス さとう じゃがいも	油 ドレッシング	625 822	24.7 31.6	
18	金	ごはん	牛乳	●ボークカレー 大根とツナのサラダ（和風） 河内晩柑（かわちばんかん）	ぶた肉 まぐろ		牛乳	にんじん	たまねぎ にんにく しょうが だいこん きゅうり 河内晩柑	ごはん じゃがいも	油 ドレッシング	632 811	20.4 25.0	
21	月	ロールパン	牛乳	チキンナゲット（小2個・中3個） ◆トマトクリームパンネ 野菜と豆のスープ	チキンナゲット ベーコン だいず		牛乳 生クリーム	にんじん トマト ほうれん草	たまねぎ にんにく エリンギ だいこん しめじ	ロールパン マカロニ じゃがいも	油	637 831	25.1 32.3	
22	火	●わかめごはん	牛乳	行事食～入学・進級祝い献立～ とうふハンバーグのてりやきソースかけ おかかあえ すまし汁 ●チョコクレープ	とうふ とり肉 かつおぶし 豆腐 かまぼこ		牛乳 わかめ	こまつな にんじん 根みつば	きゅうり たまねぎ だいこん もやし	ごはん さとう かたくりこ チョコクレープ		587 744	21.7 27.5	
23	水	ブランコッペ	牛乳	白身魚フライのソースかけ ●こんにゃくサラダ（韓国ナムル） ●ワナンスープ	ホキ ぶた肉		牛乳	にんじん にら	こんにゃく キャベツ きゅうり たまねぎ もやし	ブランコッペ ワンタン パン粉	油 ごま油 ドレッシング	639 791	24.2 29.8	
24	木	ごはん	牛乳	●さばの味噌煮 のり酢あえ すいとん	さば みそ ぶた肉		牛乳 のり	こまつな にんじん	だいこん しいたけ ごぼう	ごはん さとう すいとん さといも	油 ごま油	614 805	27.1 35.0	
25	金	ごはん	牛乳	●とりのからあげ（2個） ごまツナサラダ 豆腐とわかめの味噌汁	とり肉 豆腐	まぐろ みそ	牛乳 わかめ	こまつな にんじん	しょうが キャベツ だいこん にんにく レモン ねぎ	ごはん かたくりこ さとう	油 ごま	654 822	24.9 30.2	
28	月	ごはん	牛乳	◆焼肉 ●キムチあえ 中華コーンスープ	ぶた肉 とうふ たまご		牛乳	にら にんじん チンゲン菜	たまねぎ にんにく しょうが きゅうり コーン だいこん	ごはん さとう じゃがいも かたくりこ	油 ごま ごま油	600 776	28.0 35.3	
30	水	ミルクパン	牛乳	かみかみ献立～ごぼうサラダ～ かぼちゃとひき肉のフライ ごぼうサラダ ポトフ	ぶた肉 フランクフルト		牛乳	かぼちゃ にんじん アスパラガス	ごぼう だいこん きゅうり キャベツ たまねぎ	ミルクパン パン粉 じゃがいも	油	656 865	20.5 25.8	

注意すること

- ▶ 24日（木）の「すいとん」の製造ラインではそばの製造をしています。
- ▶ ◆印はバットに熱いおかずが入るため、運ぶ時に注意してください。
- ▶ 魚類には小骨が残っていることがあるため、注意して食べてください。
- ▶ 献立表には主な材料のみを表示しています。詳しくは、第二学校給食調理場（☎ 0270-21-9911）まで問い合わせてください。
- ▶ 栄養価欄の数字は、上段が小学校、下段が中学校です。
- ▶ ごはん・パン・めん類、牛乳、ジョア、チョコクレープは、業者が直接学校へ配送します。
- ▶ 献立の内容は使用する材料などの都合により、変更する場合がありますのでご了承ください。

みんなで「あわてずに、よくかんで、ゆっくり食べる！」

今月の伊勢崎産の材料

- ▶ ごはん
- ▶ にら
- ▶ キャベツ
- ▶ こまつな
- ▶ きゅうり



リクエストメニュー

●印は、リクエストのあったおもな献立です。楽しみに待っててね♪

＜放射性物質検査結果＞

3月分不検出

本調理場の給食（食材）は、毎週月曜日に放射性物質の検査を実施して、安全性の確認をしています。

＜学校給食費の引落日＞

4月分：4月30日（水）

引落日の前日までに口座残高等の確認をお願いします。
小学校▶3,700円 中学校▶無償



献立表・給食だよりは伊勢崎市のホームページにも掲載しています



うがい



手あらい



水分補給