



4月よていこんだて



日	曜	こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき						えいようか		
				からだをつくる(あか)		からだのちようしをとのえる(みどり)		ねつやちからのもとなる(きいろ)		エネルギー	たんぱく質	
				たんぱくしつ	むきしつ	カロテン	ビタミン・しょくもつせんい	たんすいかぶつ	しぼう	(kcal)	(g)	
9	火	ごはん	牛乳	はるまき はるさめサラダ チゲじる	ぶたにく とうふ みそ	牛乳	にんじん にら	きゅうり だいこん しょうが ねぎ キムチ にんにく	ごはん はるさめ さとう はるまきのかわ	あぶら ごまあぶら	613 751	21.3 25.3
10	水	ココアパン	牛乳	チキンのチーズやき こんにゃくサラダ ミネストローネ	とりにく ベーコン だいず	牛乳 チーズ	にんじん トマト	こんにゃく キャベツ きゅうり たまねぎ セロリー	パン ジャがいも マカロニ	ドレッシング	648 844	29.8 38.0
11	木	ごはん	牛乳	群馬の伝統食〜ソースカツ〜 ソースカツ うめのかおりあえ かきたまじる	ぶたにく とうふ たまご	牛乳	にんじん ごまつな	キャベツ きゅうり うめ たまねぎ ねぎ えのきだけ	ごはん さとう かたくりこ パンこ	あぶら	582 747	21.1 25.8
12	金	ロールパン	牛乳	たこナゲット(小2)(中3) トマトクリームパンネ※ やさいとまめのスープ	たこ いか ベーコン だいず	牛乳 なまクリーム チーズ	にんじん トマト ほうれんそう	たまねぎ エリンギ にんにく だいこん しめじ	パン マカロニ ジャがいも	あぶら	626 815	25.2 32.1
15	月	せわれこめごはん	牛乳	ロングウインナーケチャップソースかけ ごぼうサラダ コーンスープ <small>かみかみメニュー</small>	ウインナー とりにく	牛乳 なまクリーム	にんじん パセリ	ごぼう きゅうり だいこん たまねぎ コーン	パン さとう	ドレッシング	639 828	24.9 31.6
16	火	せきはん ごましお	牛乳	行事食〜入学・進級祝い〜 あかうおのさいきょうやき おかかあえ ☆すましじる ●おいわいクレープ	あかうお かつおぶし とうふ かまぼこ	牛乳	ごまつな にんじん みつば	もやし きゅうり だいこん たまねぎ	ごはん さとう クレープ	ごま	609 747	25.5 30.5
17	水	くろパン	牛乳	しろみざかなフライソースかけ かいぞうサラダ ワントンスープ	しろみざかな(ホキ) ぶたにく	牛乳 かいそう	にんじん にら	だいこん きゅうり たまねぎ もやし	パン ワントンのかわ パンこ	あぶら ドレッシング	600 753	23.5 28.8
18	木	ごはん	牛乳	にしよくそぼろ こんぶやさい にらのみそじる	とりにく だいず たまご とうふ あぶらあげ みそ	牛乳 こんぶ	にんじん にら	しょうが もやし キャベツ しいたけ だいこん たまねぎ	ごはん さとう	あぶら	592 765	27.0 33.7
19	金	ごはん	牛乳	ビーンズいりツナマヨサラダ ポークカレー かわらばんかん	ぶたにく ツナ ミックスビーンズ	牛乳	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ きゅうり かわらばんかん	ごはん ジャがいも	あぶら マヨネーズ ごま	677 865	23.4 28.8
22	月	ごはん	牛乳	さばのふんかほし ひじきのために※ ☆はるやさいのみそじる	さば だいず さつまあげ とうふ あぶらあげ みそ	牛乳 ひじき	にんじん	こんにゃく えだまめ キャベツ たまねぎ	ごはん さとう ジャがいも	あぶら	632 809	25.6 31.2
23	火	ごはん	牛乳	やきしゅうまい(小2)(中3) ホイコーロー※ はるさめスープ	ぶたにく みそ とうふ	牛乳	にんじん ピーマン にら	キャベツ たまねぎ だいこん もやし しいたけ	ごはん さとう はるさめ しゅうまいのかわ	あぶら	584 767	25.6 32.2
24	水	バーカーハウス (ジョア)	ジョア	ハンバーグトマトソースかけ コールスローサラダ とうにゅうチャウダー	とりにく ぶたにく ベーコン とうにゅう	ジョア	にんじん	たまねぎ キャベツ コーン エリンギ	パン さとう ジャがいも	あぶら ドレッシング	656 855	25.2 32.1
25	木	わかめごはん	牛乳	郷土料理〜埼玉〜 ゼリーフライ ごまつなおひたし つみっこ	ぶたにく あぶらあげ おから	牛乳 わかめ	にんじん ごまつな	もやし だいこん ねぎ ごぼう しいたけ	ごはん さとう すいとん ジャがいも	あぶら	643 823	22.7 27.6
26	金	ミルクパン	牛乳	チキンフィレオ ジャーマンポテト※ たまごやさいスープ	とりにく ベーコン たまご	牛乳	パセリ ほうれんそう にんじん	たまねぎ キャベツ コーン	パン ジャがいも	あぶら バター	601 742	26.2 30.7
30	火	ごはん	牛乳	さわらのねぎソースかけ こうみつけ こじる	さわら だいず あぶらあげ とうにゅう みそ	牛乳	にんじん	ねぎ しょうが きゅうり だいこん ごぼう たくあん えのきだけ こんにゃく	ごはん さとう かたくりこ	あぶら ごま ごまあぶら	613 786	25.0 30.5

●印がついているものは学校配送です。

※25日(木)つみっこのすいとんを製造している工場では、そばも製造しています。

★印はラッキーにんじん。わくわく!!たのしみ!!

*献立表でやさしいパッドにあつおかずが入る日は ※をつけています。運ぶ時に注意してください。

*献立の内容は、材料等、都合により変更する場合がありますので予めご了承ください。

*栄養価の基準は上段が小学校、下段が中学校です。小学校の栄養価は3・4年生を基準にしています。

*「ごはん、きゅうり、ごまつな、にら、ねぎ、ほうれんそう、ごぼう」は伊勢崎産を使用する予定です。

*国内産の食材を優先的に使用しています。



献立表及び給食だよりは、
市ホームページにも掲載しています。



*4月分給食費の口座引落とは、令和6年4月30日(火)になります。
給食費の未納は皆さんの給食に影響してしまいますので、前日までに入金残高の確認をお願いいたします。
(今月分 小学校3,700円、中学校4,500円)



*境第一、第二調理場の給食(食材)については、毎週1回放射線物質検査を実施して安全確認をしております。
3月に行った検査結果は、放射線物質不検出でした。