



4月の給食もくひょう
～きゅうしょくについてしろう～



4月よていこんだて



〔 境采女小・境剛志小 〕
〔 境北中・境西中 〕

伊勢崎市境第二学校給食調理場

| 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になる(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 | パン じゃがいも 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) トマトクリームペネ※ 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 じゃがいも | あぶら | 626 815 | 25.2 32.1 |
| 15 | 月 | せわれこめごはん | 牛乳 | ロングワ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 | ウィンナー 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 おつかあえ 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 | しろみさかなフライソースかけ かいぞうサラダ ワントンスープ | しろみさかな(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 じゃがいも | 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 じゃがいも | 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 | ショア (プレー) | 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 | ショア | にんじん | たまねぎ キャベツ コーン エリンギ | パン さとう じゃがいも | 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 じゃがいも | 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 じゃがいも | 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 キャベツ きゅうり だいこん たくあん えのきだけ こんにゃく ごぼう | 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。

* サラダは調理場にて味付けてあります。

* 献立表でやさいパット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。

* 献立表には主な材料を表示してあります。詳細な材料については調理場へお問い合わせください。

* 4月分給食費の口座引落としは、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)



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。



* 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。

| | | | |
|-----|-----------|------------|---------------|
| 小学校 | 平均 基準値 | 621 650 | 24.8 21~33 |
| 中学校 | 平均 基準値 | 793 830 | 30.6 27~42 |