

令和3年 4がつ こんだてひょう

桑折町学校給食センター



あか ち にく 血や肉となる
みどり からだ ちょうし との 体の調子を整える
き ねつ ちから もと 熱や力の元になる

めあて きゅうしょく じゅんび あとかたづ きょうりょく おこな 給食の準備と後片付けを協力してすばやく行う。

ご入学・ご進学おめでとうございます。今年度も安全でおいしい給食作りをしていきたいと思ひます。ご家庭におかれましても、学校給食のことを話題にしながら、よりよい食について話し合っていたいただければ幸いです。今年度もよろしくお祈ひします。



	すいようび	もくようび	きんようび		
こんだて	7 いちご 3こ あさづけ ちくわ磯辺揚げ2本 そふとめん さんさい 山菜うどん かけじる	8 ごもく 五目きんぴら とりつくね ななこく ごはん だいこん ぶり大根汁	9 おひたし とりにく 鶏肉のネギソース ごはん はる 春キャベツの みそしる		
赤	牛乳、とりにく、なると、こんぶ、ちくわ	牛乳、とりにく、ぶり、みそ、さつまあげ	牛乳、とりにく、あぶらあげ、みそ、かつおぶし		
緑	さんさい、にんじん、しいたけ、ねぎ、だいこん、きゅうり、いちご	しょうが、はくさい、だいこん、にんじん、ねぎ、ごぼう、こんにやく、いんげん	ねぎ、しょうが、にんにく、キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、もやし		
黄	ソフめん、こむぎ、あぶら	こめ、ななこく、さとう	こめ、さとう、ごま、ごまあぶら、じゃがいも		
小	Kcal 812 P 28.7 F 20.8 Ca 283 塩分 2.1	Kcal 741 P 32.7 F 25.3 Ca 405 塩分 2.1	Kcal 600 P 28.6 F 14.3 Ca 333 塩分 2.1		
中	Kcal 711 P 28.4 F 19.7 Ca 490 塩分 2.2	Kcal 643 P 26.6 F 16.3 Ca 319 塩分 1.9	Kcal 706 P 33 F 15.6 Ca 348 塩分 2.3		
休食校	醸芳小 睦合小 半田醸芳小 伊達崎小 幼稚園	醸芳小 睦合小 半田醸芳小 伊達崎小 幼稚園	睦合小 幼稚園		
こんだて	12 ジャム だいこん 大根サラダ オムレツ はる 春キャベツの シチュー コッペパン	13 いそかあえ とりのからあげ (幼小2 中3) プリン せきはん ゴマ油 すまし汁	14 たくあんあえ なっとう むぎ 麦ごはん じゃがいもの そばろに	15 ごまあえ さけのこうじづけやき ごはん みそかき 醤油	
赤	牛乳、オムレツ、とりにく	牛乳、とりにく、とうふ、なると、のり	牛乳、なっとう、とりにく、さつまあげ	牛乳、さけ、とうふ、たまご、みそ	
緑	キャベツ、たまねぎ、にんじん、えだまめ、だいこん、もやし、オレンジ	しょうが、にんにく、にんじん、しいたけ、みつば、ほうれんそう、キャベツ、えだまめ	たまねぎ、にんじん、いんげん、もやし、たくあん、ほうれんそう	にんじん、にら、たけのこ、キャベツ、もやし	
黄	パン、ジャム、シチュー、ロードレッシング	せきはん、かたくり、あぶら	こめ、じゃがいも、さとう、かたくり	こめ、かたくり、さとう、ごま	
小	Kcal 603 P 22.4 F 23.1 Ca 490 塩分 2.2	Kcal 735 P 25.7 F 24.9 Ca 350 塩分 1.9	Kcal 643 P 26.6 F 16.3 Ca 319 塩分 1.9	Kcal 686 P 32.7 F 21.2 Ca 535 塩分 1.9	
中	Kcal 711 P 28.4 F 19.7 Ca 490 塩分 2.2	Kcal 861 P 30.2 F 28 Ca 373 塩分 2.4	Kcal 787 P 32.4 F 19.6 Ca 343 塩分 2.2	Kcal 790 P 37.2 F 22.8 Ca 549 塩分 2.3	
休食校			幼稚園	睦合小 半田醸芳小 幼稚園	
こんだて	19 キャベツサラダ とりにく 鶏肉のハーブやき くろばん ミネストローネ	20 チンジャオロース しゅうまい (幼小2 中3) ごはん くきわかめと とうふの スープ	21 ちゅうかあえ はるまき ちゅうか めん しょうゆ ラーメン かけじる	22 こんにやく サラダ いちご (幼小2 中3) むぎ ごはん チキン カレー	23 わかめあえ さけふらい タルタル ソース ごはん たまねぎの みそしる
赤	牛乳、とりにく、ベーコン	牛乳、わかめ、とりにく、とうふ、ぶたにく	牛乳、ぶたにく、なると	牛乳、とりにく、かいそう、スキムミルク	
緑	はくさい、たまねぎ、えだまめ、にんじん、にんにく、きゃべつ、きゅうり、コーン	ねぎ、にんじん、しいたけ、ピーマン、たけのこ、にんにく、しょうが	にんじん、ほうれんそう、もやし、ねぎ、きゅうり、メンマ	たまねぎ、にんじん、グリーンピース、枝豆、にんにく、こんにやく、キャベツ、いちご	
黄	パン、さとう、マカロニ、じゃがいも	こめ、かたくり	ちゅうかめん、ごまあぶら、さとう	こめ、じゃがいも、カレールー	
小	Kcal 626 P 26.9 F 21.5 Ca 341 塩分 1.9	Kcal 704 P 25.9 F 26.6 Ca 274 塩分 2.1	Kcal 646 P 26.5 F 15.5 Ca 290 塩分 2.8	Kcal 619 P 19.8 F 15.2 Ca 302 塩分 1.7	
中	Kcal 814 P 33.8 F 25.6 Ca 371 塩分 2.4	Kcal 805 P 29.5 F 28.4 Ca 283 塩分 2.4	Kcal 874 P 34.3 F 18.4 Ca 309 塩分 3.1	Kcal 791 P 24.3 F 29.2 Ca 308 塩分 2.3	
休食校		醸芳小 睦合小 伊達崎小	幼稚園	幼稚園	
こんだて	26 ケチャップ アスパラソー ソーセージ きれめいり コッペパン 卵スープ	27 おかかあえ おこのみやき かしわもち たけのこ ごはん わかめ みそしる	28 ごもくまめ さばのしおやき ごはん かぶの みそしる	29 しょうわ 昭和の白 30 キャベツのサラダ ソースカツ ごはん だいこんの みそしる	
赤	牛乳、たまご、ソーセージ、ベーコン	牛乳、とりにく、あぶらあげ、わかめ、みそ	牛乳、とりにく、さつまあげ、こんぶ、さば、みそ	牛乳、ぶたにく、わかめ、みそ	
緑	アスパラガス、きゃべつ、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、しいたけ、コーン	たけのこ、にんじん、しいたけ、えだまめ、たまねぎ、だいこん、きぬさや、もやし	こんにやく、えだまめ、たけのこ、にんじん、かぶ、こまつな	だいこん、たまねぎ、こまつな、きゃべつ、きゅうり、もやし	
黄	パン、さとう、じゃがいも、かたくり、あぶら	こめ、さとう、かしわもち	こめ、さとう、じゃがいも	こめ、こむぎ、パン、あぶら、さとう	
小	Kcal 579 P 25.5 F 24.9 Ca 304 塩分 2.4	Kcal 651 P 21.8 F 13.2 Ca 410 塩分 2	Kcal 646 P 26 F 22.2 Ca 325 塩分 2.2	Kcal 691 P 26 F 22.3 Ca 289 塩分 2.4	
中	Kcal 750 P 32.2 F 29.1 Ca 323 塩分 3.1	Kcal 742 P 24.3 F 14 Ca 424 塩分 2.5	Kcal 755 P 29.1 F 25.1 Ca 336 塩分 2.4	Kcal 815 P 29.7 F 25.2 Ca 301 塩分 3.0	
休食校			幼稚園	幼稚園	

★都合により、使用材料や献立が変更になることがありますのでご了承ください。☎581-0250
★給食内容やお子さんの食習慣など質問がありましたら、センターまで気軽にお電話ください。

13日(火)入学・進級お祝い献立 お祝いデザートがつきます。

16日(金)米にカルシウム強化米を加えています。

22日(木)減塩献立
減塩について考えてもらう日になっています。(放送資料で説明)

27日(火)こどもの日献立

給食当番の約束



略	4月平均栄養価	小(基準値)	中(基準値)
kcal	エネルギー(kcal)	645(650)	782(830)
P	たんぱく質(g)	25.3(21~32)	30.1(27~40)
-	炭水化物(g)	89.2	112.6
F	脂質(g)	20(14~21)	22.5(18~27)
Ca	カルシウム(mg)	354	395
塩分	食塩相当量(g)	2.1(2.0)	2.5(2.5)

┌