

4月

給食献立予定表

福島県立会津学鳳中学校

日 付	献 立 名	1人1食・(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)	主 な 材 料			
			血 や 肉 に なる	体 の 調 子 を と の と の え る	力 や 熱 の も と に なる	
8 (火)	始業式・入学式・着任式 給食はありません					
9 (水)	紫黒米ごはん こづゆ 鶏肉の照焼き 小松菜の和え物 牛乳 お祝いデザート	757 30.1 24.1 2.4	鶏肉 牛乳 ほたて貝柱 いり玉子	人参 干し椎茸 木耳 水煮山菜 小松菜	給食用精米 紫黒米 里芋 しらたき 白玉麩 清酒 ごま油 ケーキ	
10 (木)	サーモンサンドパン ミルクスープ 白菜サラダ 牛乳	852 35.9 31.6 3.7	鮭フライ 牛乳 あさり 大豆ペースト 脱脂粉乳 ロースハム	人参 玉ねぎ 南瓜 エリンギ しめじ パセリ 白菜 ブロッコリー	パン コメ白絞油 ワイン 三温糖 オリーブ油	
11 (金)	ごはん 五目スープ 厚焼き玉子 ブロッコリー入りサラダ 牛乳	720 23 22.9 2	チーズ 牛乳 豚肉 豆腐 厚焼玉子	白菜 木耳 たけのこ 人参 干し椎茸 ブロッコリー インゲン キャベツ	給食用精米 清酒 ごま油 緑豆春雨 胡麻	
14 (月)	麦ごはん 白菜のみそ汁 キャベツメンチカツ ちぐさ和え 牛乳 Caウェハース	799 26.3 25.1 2.7	ロースハム 牛乳 凍り豆腐 いり玉子 キャベツメンチカツ	白菜 大根 干し椎茸 小松菜 人参	給食用精米 大麦 コメ白絞油 緑豆春雨 胡麻 三温糖 ごま油	
16 (水)	新入生オリエンテーション合宿 2・3年生は給食はありません。お弁当を持参して下さい。					
17 (木)	新入生オリエンテーション合宿 2・3年生は給食はありません。お弁当を持参して下さい。					
18 (金)	五目塩ラーメン 牛乳 春雨サラダ ベビーパイン	760 32.2 17.9 3.2	豚肉 あさり いか 牛乳 錦糸卵	もやし ねぎ 白菜 人参 たけのこ 干し椎茸 木耳 生姜	中華めん こめ油 ごま油 緑豆春雨 胡麻	
21 (月)	麦ごはん なめこ汁 豆腐入りハンバーグ マカロニサラダ 牛乳	759 23.6 24.3 3	チーズ 牛乳 豆腐 ロースハム 熟鶏とうふハンバーグ	なめこ ねぎ 玉ねぎ 人参 キャベツ	給食用精米 大麦 こめ油 三温糖 マカロニ マヨネーズ	
22 (火)	コッペパン マーシャルピンズ ミネストローネ オムレツ ツナ入りサラダ 牛乳	844 30.3 33.7 3.5	牛乳 ベーコン 大豆ペースト 無塩バター ツナ缶 オムレツ	玉ねぎ 人参 にんにく セロリー トマト缶 トマトピューレ キャベツ ブロッコリー	コッペパン マーシャルピンズ マカロニ じゃが芋 ひよこ豆 三温糖	
23 (水)	麦ごはん 豆腐入りみそ汁 ホッケの一夜干 海藻サラダ 牛乳	710 29.1 18.7 2.9	牛乳 豆腐 いり玉子 大豆 ホッケ ちくわ	えのき 小松菜 海藻ミックス 人参 キャベツ	給食用精米 大麦 じゃが芋 こめ油 胡麻	
24 (木)	ごはん 高野豆腐のみそ汁 豚肉ピリ辛焼き カミカミサラダ 牛乳	801 31.6 29.6 2.5	牛乳 凍り豆腐 豚肉 いり玉子 チーズ	大根 小松菜 干し椎茸 にんにく 生姜 むき枝豆 キャベツ 人参	給食用精米 清酒 ごま油 マヨネーズ	
25 (金)	チキンカレー 牛乳 切干大根サラダ 野菜と果実のゼリー	831 25.8 23.8 3.6	鶏肉 大豆ペースト 脱脂粉乳 ちりめんじゃこ 牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ にんにく 切干大根 小松菜	給食用精米 大麦 じゃが芋 こめ油 三温糖 胡麻	
26 (土)	PTA総会 給食はありません					
30 (水)	ごはん 大根のみそ汁 ししゃもフライ 錦和え 牛乳 アセロラゼリーミニ	755 23.7 21.7 2.6	牛乳 豆腐 ロースハム いり玉子 シシャモフライ	大根 もやし 人参 小松菜 アセロラゼリー	給食用精米 じゃが芋 コメ白絞油 緑豆春雨 胡麻 ごま油	
【 給食提供基準量 】 エネルギー830kcal たんぱく質30g 脂質25g 塩分2.5g						

★食材の価格高騰や納品の都合により、一部食材を変更することがあります。ご理解下さるようお願い致します。
★マヨネーズは卵を使用していないものを提供しています。

