平成20年 【山学校】

까 + 꾸	1		平成20年 4月7	了人上用人。			海 5 井 町 尚 拉 公 今	ط. ديـــــ	
<u>字校</u> 曜	主食	4	お か ず	デザート	血・肉・骨に	主な材料と働き		センタ 熱 量	— たん白 質
日	添加物	乳			なるもの	になるもの	整えるもの	Kcal	g
金	ご飯	lacktriangle	ほうれん草のごま和え	福豆物です 何	1			881	33.9
		JJ 7	シーフードカレー	927			にんじん		
月	麦ご飯		コールスローサラダ	() JAE	ホタテ えび ハム	あぶら じゃがいも	きゅうり キャベツ コーン りんご	833	29.7
火	うぐいす 場げパン	0	ブロッコリーサラダ(マヨネーズ)	うぐいすきな粉は、乾燥した「青大豆」を炒って砕いたものです。 きな粉はおいしいだけでなく、鉄分やカルシウム、食物せんいが たくさん含まれています。			839	38.2	
水	ご飯		ポークシュウマイ 2ケ もやしナムル	ポンカン	牛乳 豚肉 鶏肉 生揚げ	米 あぶら 砂糖 ごま	もやし ほうれん草 にんじん 大根 チンゲンサイ	821	30.1
木	ご飯	0	キスの華揚げ 3ケ(天つゆ) 五目金平	いちご	キス 豚肉 さつまあげ 味噌 沖揚げ ヨーグルト	米 あぶら 砂糖ごま	にんじん ごぼう 大根 小松菜 ねぎ	848	35.6
		0	ハンバーグきのこソースかけ イモいっぱいサラダ	アンパンマン	牛乳 豚肉 鶏肉 ハム	パン あぶら 砂糖 じゃがいも	しいたけ しめじ えのき 玉ねぎ にんじん パセリ	862	32.5
		0	ビック肉団子 2ケ ごぼうサラダ	バナナ	千葉県のごぼうの ごぼうは酒々井町で	生産高は全国3位です。 生産されたものです。	。 今月の給食に使われる 食物せんいが多いので、	817	36.8
	給食費口座振替	日(戊田市)					
水	ゆかりご飯		ほうれん草和風サラダ だまこもち汁	ゼリー	油揚げ 味噌	米 あぶら 砂糖 だまこもち	ほうれん草 えのきだけ にんじん 大根 ねぎ ごぼう	806	30.3
木		Ο	海藻サラダ(ドレッシング)	ハートの	ベーコン 海藻	パン あぶら 砂糖 バター	キャベツ きゅうり にんじん 玉ねぎ ほうれん草 コーン マッシュルーム	857	35.4
金	ご飯 (ひじきぱっぱ)	0		いちご 3ケ	牛乳 サバ 味噌 豚肉 なると 肉ぎょうざ ひじき	米 あぶら 砂糖 ごま	もやし キャベツ にんじん 干ししたけ 白菜 ねぎ いちご	844	33.6
月	ご飯		チリソースえび団子 3ケ こんにゃく中華サラダ	キウイ	牛乳 えびだんご 豚肉 豆腐	米 あぶら 砂糖 ごま	こんにゃく もやし にんじんきゅうり にんにく しょうが	834	32.9
火			マカロニグラタン プチトマト2ケ	フルーツ	牛乳 ミートボール スキムミルク	パン あぶら 砂糖 マカロニ じゃがいも	ミニトマト にんじん 玉ねぎ キャベツ	885	29.0
水	鮭わかめご飯		ささみしそ巻き天ぷら いんげんのピーナッツ和え イワシのつみれ汁 ミニ ばれ、それが「いわし」になったといわれます。イワシのあぶらには、頭の				829	34.3	
	給食費口座再								
木	ご飯		牛肉とピーマン炒め	セノビー ゼリー	牛乳 カニ 卵 牛肉 わかめ ホタテフレーク	米 あぶら砂糖 澱粉	にんじん たけのこ ねぎ ピーマン にんにく しょうが 玉ねぎ ほうれん草	836	30.8
金	黒糖 食パン (マーマレード)		アスパラのごまマヨサラダ	練乳 いちごゼリー	牛乳 ホキ ハム 豚肉 ベーコン	パン あぶら 砂糖 マカロニ パン粉	アスパラガス コーン キャベツ きゅうり しめじ えのきだけ ほうれん草	892	28.9
月	ご飯		豚肉カレー焼き	カットパイン	牛乳 豚肉豆腐 味噌	米 あぶら 砂糖	にんにく しょうが カリフラワー ブロッコリー ごぼう 小松菜 ねぎ	808	33.5
	給食費口座再		日(京葉銀行·郵便局·JA成田	市)		do toss	パイナップル		
火	ご飯		春雨の中華炒め ミックスナッツ ほたてとチンゲンサイのスープ	ひとくち ピーチゼリー	牛乳 ししゃも 豚肉 鶏肉 ホタテフレーク	米 あぶら 砂糖 春雨 澱粉	ねぎ にんじん たけのこ キャベツ 干ししいたけ チンゲンサイ 玉ねぎ	844	35.5
水	ソフトメン	0	ミートソース じゃがバター グリーンサラダ(ドレッシング)	オレンジ	牛乳 豚肉 牛肉	ソフトメン あぶら バター じゃがいも	にんじん 玉ねぎ マッシュルーム キャベツ ブロッコリー オレンジ	814	34.6
木	ご飯		鮭ソフトフライ(ソース) 味噌サラダ			米 あぶら砂糖	きゅうり キャベツ もやし にんじん コーン ごぼう	865	31.1
金	ご飯		鶏のオーロラソース 2ケ	ヨーグルト	牛乳 鶏肉	米 あぶら 砂糖 澱粉 じゃがいも	きゃべつ 大根 にんじん こまつな ねぎ レーズン	840	33.6
	曜日 金月火水木金、火水木金月火水木金月火水木	日金 月火水木 水木 金 月火水水 水水木 木木 金 月火水水 水水木 木木 金 月火水水 水水木 木木 金 月火水水 水水水 木木 金 月火水水 水水水 木木 金 月水水水 水水水 木木 金 月水水水 水水水 木木 金 月水水水 水水水 木木 金 月水水水 水水水 木 ・ 「・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	曜日 金 月 火 水 木 金 月 火 米 大 全 月 〜 1 〜 1 〜 1 〜 1 〜 1 〜 1 〜 1 〜 1 〜 1 〜	***	全食	# 注食	# 注意	重 主食 中 お か ず	東京 本

今月の酒々井産

酒々井町の農家の方がつくった、新鮮で、おいしい野菜をたくさん使っています。

ごはんは コシヒカリ1等米 です。 おいしいですよ!



だいこん



はくさい



こまつな



ほうれんそう







今年度の給食費の口座振替は 今月で終了です。3月分の給食 費が前納となります。(中学3年 生は2800円です。)

指定口座の残高確認等を行い、 納め忘れのないようにお願いい たします。