平成21年　4月　予定献立

酒々井町学校給食センター

【中学校】

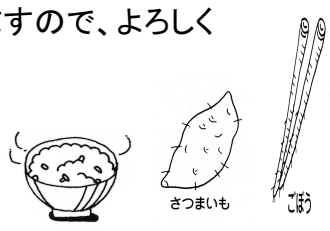
日	曜日	主食 添加物	牛乳	おかず	デザート	主な材料と働き 主に体の組織をつくる 1群 魚・肉・卵 大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	主に体の調子を整える 3群 緑黄色 野菜	4群 その他の 野菜・果物	主にエネルギーになる 5群 穀類 芋類	6群 油脂	熱量 Kcal	たん白質 g
7	火	散らし寿司 （のり）	○	鰆の西京焼き ほうれん草のごま和え すまし汁	いちご クレープ	鰆　味噌 鶏肉　豆腐 なるとハンペン	牛乳 のり	ほうれん草 にんじん 小松菜	もやし ほししいたけ ねぎ	米 砂糖 クレープ	大豆油 ごま	815	34.5
8	水	入　学　式　　給食はありません											
1年生	開始												
9	木	セルフ ビビンバ （麦ご飯）	○	鉄鍋餃子2ケ （ビビンバの具） 中華風スープ	お祝い ゼリー	豚肉 牛肉　卵 鶏肉　豆腐	牛乳	にんじん チンゲンサイ ほうれん草	にんにく もやし　コーン ねぎ　しょうが	米　麦 砂糖	サラダ油 大豆油 ごま	889	31.8
10	金	カレーうどん 給食費口座振替日（千葉銀行）	○	メンチカツ（ソース） むらさき和え	マフィン	豚肉　なると 油揚げ 鰹節	牛乳	にんじん 小松菜 ほうれん草	玉ねぎ　ねぎ キャベツ きゅうり	うどん パン粉 マフィン	大豆油	805	30.4
13	月	振　替　休　日 給食費口座振替日（京葉銀行・JA成田・郵便局）											
14	火	ご飯	○	鶏のから揚げ　2ケ いもいっぱいサラダ 若竹汁	清美 オレンジ	鶏肉 ハム 味噌　油揚げ	牛乳 わかめ	にんじん 小松菜	しょうが きゅうり　筍 コーン　ねぎ	米 じゃがいも さつまいも	大豆油 マヨネーズ	859	35.2
15	水	食パン （チョコクリーム）	○	鮭のグラタン ジャーマンポテト ラビオリスープ	パイン	鮭 ベーコン ぶたにく	牛乳 チーズ	ほうれん草　玉ねぎ にんじん　キャベツ 小松菜パセリ	パイン	パン じゃがいも ラビオリ	チョコクリーム 大豆油 サラダ油	781	32.1
16	木	ごはん	○	鯖の味噌煮 ほうれん草和風サラダ 豚汁		鯖　味噌 豚肉 豆腐	牛乳 のり	ほうれん草 にんじん	えのきたけ ごぼう 大根　ねぎ	米 砂糖 里芋	サラダ油	848	33.1
17	金	麦ご飯	○	シーフードカレー スコッチエッグ ヨーグルトサラダ		えび　ほたて いか　あさり 豚肉　卵	牛乳 粉チーズ ヨーグルト	にんじん	玉ねぎ アロエ　バナナ みかん　パイン	米　麦 じゃがいも パン粉	サラダ油 マーガリン	891	30.8
20	月	ご飯 給食費口座再振替日（千葉銀行）	○	えびと南瓜の天ぷら（天つゆ） 切り干し大根の煮物 あさりの味噌汁	黒糖 ビーンズ	えび　大豆 油揚げ あさり　味噌	牛乳	南瓜にんじん さやいんげん 小松菜	ほししいたけ 切り干し大根 ねぎ	米 砂糖 小麦粉	大豆油 サラダ油	866	32.0
21	火	ご飯	● コーヒー	鰤の韓国風味焼き バンバンジーサラダ（ドレッシング） ワンタンスープ		鰤 鶏肉 豚肉　なると	牛乳	にんじん 小松菜	きゅうり　もやし ほししいたけ 白菜　ねぎ	米　砂糖 砂糖 ワンタンの皮	大豆油 サラダ油 ごま	842	33.5
22	水	セルフ ホットドック （せわりパン）	○	フランクフルト（ケチャップ） ボイルキャベツ ポークビーンズシチュー	キウイ フルーツ	フランクフルト 豚肉 大豆	牛乳	にんじん	キャベツ　きゅうり 玉ねぎ　にんにく キウイフルーツ	パン じゃがいも	大豆油 サラダ油	806	36.7
23	木	筍ご飯	○	鮭のマヨネーズ焼き ピーナッツ和え かきたま汁	美生柑 ゼリー	鮭　味噌 なると　豆腐 卵	牛乳 わかめ	小松菜 ほうれん草 にんじん	筍　キャベツ 玉ねぎ ほししいたけ	米 砂糖	大豆油 マヨネーズ ピーナッツ	772	34.1
24	金	ご飯	○	シュウマイ　2ケ ナムル マーボードウフ		豚肉 味噌　豆腐 ハム	牛乳	にんじん にら ほうれん草	しいたけ もやし　ねぎ にんにく　しょうが	米　砂糖 シュウマイの皮	サラダ油 ごま油 ごま	910	34.3
27	月	ご飯 給食費口座再振替日（京葉銀行・JA成田・郵便局）	○	鯵の磯辺フライ 即席漬け 筑前煮	お茶 プリン	鯵 鰹節 鶏肉　竹輪	牛乳 青海苔	にんじん さやいんげん	白菜　沢庵 ごぼう　筍 ほししいたけ	米 里芋 砂糖	大豆油 ごま	879	33.8
28	火	きなこ 揚げパン	○	ハムチーズピカタ 海藻サラダ（ドレッシング） ミネストローネ	麦芽 ゼリー	きなこ　ハム チーズ 卵　ベーコン	牛乳 海藻 粉チーズ	にんじん パセリ	キャベツ　かぶ 玉ねぎきゅうり セロリ　にんにく	パン　砂糖 じゃがいも マカロニ	大豆油	800	28.1
30	木	セルフ オムライス （チキンライス）	○	（オムライスシート）ケチャップ コールスローサラダ クラムチャウダー		鶏肉　ハム 卵　ベーコン あさり	牛乳 スキムミルク	にんじん	キャベツ きゅうり　コーン 玉ねぎエリンギ	米 小麦粉 じゃがいも	サラダ油 バター	859	32.2

・食材料等の都合により、献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。
・今月の給食の口座振替日は13日（千葉銀行のみ10日）です。新1年生の給食費は4.5月分（2ヵ月分）を5月に口座振替します。

ご入学・ご進級
おめでとうございます

いよいよ新学期、給食もはじまりました。
今年度も力をあわせて、おいしく安全な給食を作っていきますので、よろしくお願いします。

今月の酒々井産



給食では、酒々井町でとれた農産物を使っています。
4月は、ごぼう、さつまいもです。
お米はいつも酒々井産コシヒカリ一等米です。
しっかり食べましょう！

学校給食とは

学校給食の目標
（学校給食法第2条）

① 日常生活における食事について、正しい理解と望ましい食習慣を養うこと。
② 学校生活を豊かにし、明るい社交性を養うこと。
③ 食生活の合理化、栄養の改善及び健康の増進をはかること。
④ 食料の生産、配分及び消費について、正しい理解に導くこと。