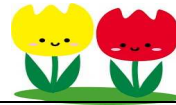


令和2年4月分給食予定献立表



神河町学校給食センター (TEL 0790-32-0257)

日	曜日	献立名	使用材料名			栄養価 ()内は中学生	
			血や肉や骨になるもの (あか)	力や熱になるもの (きいろ)	体の調子を整えるもの (みどり)	エネルギー Kcal	たん白質 g
8	水	パン ぎゅうにゅう さけのマヨネーズやき ほうれんそうとハムのソテー コロコロやさいのスープ みかんジャム	ぎゅうにゅう さけ ハム ぶたにく	パン マヨネーズ あぶら じゃがいも みかんジャム	にんじん たまねぎ きゃべつ ほうれんそう とうもろこし セロリー レモン	636 (755)	29.1 (32.8)
9	木	ごはん ぎゅうにゅう ちくわのいそかあげ うのはないり にくだんごときのこのすましじる ふりかけ	ぎゅうにゅう ちくわ おから あおりの とりミンチ たまご あぶらあげ ミートボール	ごはん てんぷらこ さとう あぶら	にんじん こんにやく ごぼう しいたけ エリンギ しめじ あおねぎ	657 (789)	27.1 (30.1)
10	金	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのレモンずやき あさりのあかだし なのはなのおひたし キウイフルーツ	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく かつおぶし あさり わかめ みそ	ごはん こむぎこ さとう ごま	にんじん なのはな はくさい レモン えのきだけ あおねぎ キウイフルーツ	644 (756)	26.1 (30.0)
13	月	パン ぎゅうにゅう ハムステーキ はるきゃべつのスープ じゃがいもとツナのマヨネーズソテー	ぎゅうにゅう ハム ツナ ぶたにく	パン じゃがいも マヨネーズ	にんじん たまねぎ きゃべつ セロリー	658 (775)	27.4 (30.9)
14	火	ごはん のむヨーグルト さばのみそに きんぴらごぼう かきたまじる	のむヨーグルト さば みそ ぎゅうにく たまご とうふ かまぼこ	ごはん さとう あぶら ごま でんぷん	にんじん ごぼう こんにやく えだまめ しめじ あおねぎ	664 (812)	24.9 (30.9)
15	水	げんりょうパン(小先生中) 1/2パン(幼) ぎゅうにゅう やきハンバーグ やさいのため チキンパスタスープ おいしいケーキ	ぎゅうにゅう ハンバーグ ぶたにく とりにく	パン さとう でんぷん あぶら マカロニ ケーキ	にんじん たまねぎ きゃべつ もやし セロリー パセリ	674 (806)	26.7 (32.0)
16	木	せきはん ぎゅうにゅう さかなのてんぷら たまねぎのみそしる きりぼしだいこんのもの	ぎゅうにゅう あぶらあげ ひらてん わかめ みそ とびうお	せきはん あぶら さとう ふ こむぎこ でんぷん	にんじん たまねぎ あおねぎ きりぼしだいこん	638 (800)	22.1 (26.9)
17	金	ポークカレー ぎゅうにゅう アスパラガスのサラダ ドレッシング デコボン	ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク こなチーズ	むぎごはん じゃがいも あぶら ドレッシング	にんじん たまねぎ にんにく グリーンアスパラガス きゃべつ デコボン	697 (814)	20.2 (23.0)
20	月	クロワッサン(小4~6年先生中) ぎゅうにゅう やしそば こまつなまんじゅう ミニトマト プリン	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ あおりの とうにゅう	クロワッサン あぶら やしそばめん こむぎこ でんぷん さとう プリン	にんじん たまねぎ きゃべつ もやし あおねぎ こまつな ミニトマト	641 (796)	24.8 (26.6)
21	火	ごはん ぎゅうにゅう かんとくに やきししゃも きゅうりのすのもの	ぎゅうにゅう ぎゅうすじにく ひらてん あつあげ ししゃも わかめ	ごはん じゃがいも さとう ごま	にんじん だいこん きゅうり こんにやく	651 (764)	24.7 (27.7)
22	水	こめこパン ぎゅうにゅう とりにくのしおすみびやきふう やさいのさっぱりいため コーンポターージュ	ぎゅうにゅう とりにく ツナ ベーコン	こめこパン さとう ごまあぶら じゃがいも	にんじん たまねぎ きゃべつ しめじ とうもろこし パセリ	661 (780)	27.1 (31.5)
23	木	チキンライス ぎゅうにゅう オムレツ きゃべつのアーモンドあえ まめのスープ	ぎゅうにゅう とりにく たまご ウインナー だいず いんげんまめ	ごはん あぶら アーモンド さとう じゃがいも でんぷん	にんじん たまねぎ きゃべつ ほうれんそう とうもろこし こまつな セロリー	643 (790)	22.5 (26.6)
24	金	ごはん ぎゅうにゅう ヨーグルト(中学校) さわらののりふうみやき しゅんかん とうふとわかめのみそしる	ぎゅうにゅう あつあげ あおりの さわら ぶたにく とうふ わかめ みそ あぶらあげ(ヨーグルト)	ごはん さとう あぶら	にんじん だいこん ごぼう しいたけ こんにやく たけのこ えだまめ えのきだけ あおねぎ	638 (789)	29.2 (36.3)
27	月	くろざとうパン ぎゅうにゅう フランクフルトのチリソース いためピーフン ちゅうかふうたまごスープ	ぎゅうにゅう フランクフルト ぶたにく たまご とりにく	パン さとう でんぷん ピーフン くろざとう ごまあぶら あぶら	にんじん たまねぎ きゃべつ もやし しいたけ しょうが あおねぎ チンゲンさい	658 (789)	29.4 (33.6)
28	火	ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにくとしんたまねぎのいために たこのころもあげ ほうれんそうともやしのおひたし	ぎゅうにゅう ぎゅうにく たこ ちくわ だいずこ いか かつおぶし たちうお	ごはん じゃがいも さとう あぶら ごま でんぷん	にんじん たまねぎ こんにやく えだまめ もやし ほうれんそう	648 (794)	22.6 (28.0)
30	木	ごはん ぎゅうにゅう しろみざかなのフライ くきわかめののもの ばちじる	ぎゅうにゅう くきわかめ あぶらあげ とりにく みそ ホキ	ごはん さとう あぶら そうめん こむぎこ パンこ でんぷん	にんじん たまねぎ たけのこ あおねぎ	640 (761)	23.3 (27.4)

(神河町産の食材には、~~~~~を入れていきます。)

学校給食

* 学校給食では、文部科学省で定められた栄養所要量や食品構成の基準に基づき、献立が作成されます。基準量は、日本人の食事摂取基準や児童生徒の食事調査に基づき、決められます。神河町の給食も基準量に基づき、旬の食材や地産地消、行事食をとり入れながら献立を作成しています。

今月の平均

653
(786)

25.5
(29.7)

区分	エネルギー kcal	たん白質 g	脂肪 g	ナトリウム 食塩相当量 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビ タ ミ ン			食物繊維 g	
							A μgRE	B1 mg	B2 mg		C mg
幼 児	490	16~25	11~16	1.5未満	290	2.0	180	0.3	0.3	15	4以上
児童(6~7歳)	530	17~27	12~18	2未満	290	2.5	170	0.3	0.4	20	4以上
児童(8~9歳)	650	21~33	14~22	2未満	350	3.0	200	0.4	0.4	20	5以上
児童(10~11歳)	780	25~39	17~26	2.5未満	360	4.0	240	0.5	0.5	25	5以上
生徒(12~14歳)	830	27~42	18~28	2.5未満	450	4.0	300	0.5	0.6	30	6.5以上



今月の献立より

15日(水)・・・入学・入園おめでとう献立
今月の食育テーマは、「食事の大切さ、楽しさを知る」です。おめでとう献立や毎日の食事を通して食事の大切さを知りましょう。入学・入園をお祝いして『お祝いケーキ』がつけます。

令和2年度給食費について

☆ 月額給食費 ☆ 口座引き落とし(8月の引き落としはありません。)
幼稚園(第1子) 3530円 4月分 4月 25日(1回のみ)
小学校 3850円 5月分以降 毎月 10日
中学校 4260円 * 振替日が土日祝日の場合は、翌日引き落としになります。25日が再引き落としです。
給食費は、給食食材の購入にのみ使用しています。ご理解を頂き、未納などごさいませんように残高の確認等、ご協力をよろしくお願いいたします。

