

令和3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	木	ごはん ぎゅうにゅう ちくわのいそかあげ きんぴらごぼう ばちじる	ぎゅうにゅう ちくわ あおのり とりこ あぶらあげ みそ	ごはん てんぷらこ あぶら ごま さとう そうめん	にんじん ごぼう こんにやく えだまめ たまねぎ あおねぎ	646 (767)	25.4 (27.6)
9	金	ごはん ぎゅうにゅう とりこのおみやぎ かきたまじる なのはなのおひたし のりのつくだに	ぎゅうにゅう とりこ かつおぶし のり たまご とうふ かまぼこ	ごはん ごま でんぷん	にんじん なのはな はくさい えのきだけ あおねぎ	642 (754)	28.8 (33.7)
12	月	げんりょうパン ぎゅうにゅう ポテトカップグラタン ごぼうのサラダ きゃべつとたまめのスープ クレープ(小中)	ぎゅうにゅう チーズ ツナ ウインナー だいず いんげんまめ	パン じゃがいも マヨネーズ でんぷん こむぎこ マーガリン さとう ごま あぶら クレープ	にんじん たまねぎ ほうれんそう ごぼう きゃべつ セロリー	658 (778)	21.5 (25.5)
13	火	ごはん ぎゅうにゅう さばのおみやぎ たけのことしめじのすましじる きりぼしだいこんとぎゅうにくのもの	ぎゅうにゅう さば ぎゅうにく とうふ かまぼこ	ごはん さとう あぶら	にんじん きりぼしだいこん たまねぎ しいたけ たけのこ しめじ あおねぎ	650 (741)	28.5 (31.1)
14	水	パン ぎゅうにゅう ぶたにくのカレーやき ほうれんそうとソーセージのいためもの オニオンスープ みかんジャム	ぎゅうにゅう ぶたにく ソーセージ ベーコン	パン こむぎこ あぶら みかんジャム	にんじん ほうれんそう きゃべつ たまねぎ とうもろこし マッシュルーム	637 (749)	27.3 (31.1)
15	木	ちらしずし(錦糸卵は別配) ぎゅうにゅう さかなのてんぷら ミニトマト たまねぎのみそじる	ぎゅうにゅう たまご さわら あぶらあげ とうふ わかめ みそ	ごはん さとう こむぎこ でんぷん あぶら	にんじん たけのこ れんこん かんぴょう しいたけ あおねぎ ミニトマト たまねぎ	651 (773)	23.1 (26.3)
16	金	チキンカレー ぎゅうにゅう ブルーベリーゼリーいりフルーツミックス ととチーズ	ぎゅうにゅう とりこ スキムミルク こなチーズ かたくちいわし チーズ	むぎごはん じゃがいも あぶら ゼリー さとうアーモンド	にんじん たまねぎ にんにく みかん おとう パイナップル	702 (817)	21.0 (23.5)
19	月	パン(小中先) 1/2パン(幼) ぎゅうにゅう やきハンバーグ たまごスープ マカロニときのこのソテー クレープ(幼)	ぎゅうにゅう ハンバーグ たまご ベーコン とうふ ツナ	パン さとう でんぷん こめこマカロニ ドレッシング	にんじん たまねぎ エリンギ チンゲンさい しめじ マッシュルーム	649 (789)	28.8 (34.5)
20	火	ごはん ぎゅうにゅう かんとくに きゅうりのとさあえ ふりかけ デコボン	ぎゅうにゅう ぎゅうすじにく ひらてん あつあげ かつおぶし	ごはん じゃがいも さとう	にんじん だいこん こんにやく きゅうり しょうが デコボン	645 (759)	22.2 (25.5)
21	水	こめこパン ぎゅうにゅう さけのマヨネーズやき やさいのチャンプル コーンポターージュ	ぎゅうにゅう さけ とうふ ツナ たまご とりこ	こめこパン マヨネーズ あぶら じゃがいも	にんじん きゃべつ もやし たまねぎ とうもろこし	646 (772)	28.4 (33.7)
22	木	チキンピラフ ぎゅうにゅう ハムステーキ レタスのスープ ほうれんそうのピーナッツあえ プリン(中学校)	ぎゅうにゅう とりこ ハム ぶたにく	ごはん あぶら ピーナッツ (プリン)	にんじん たまねぎ きゃべつ ほうれんそう とうもろこし レタス	637 (772)	27.0 (30.0)
23	金	ごはん のむヨーグルト いわしのおかか しゅんかん とうふとわかめのみそじる	のむヨーグルト いわし ぶたにく かつおぶし あつあげ とうふ みそ わかめ スキムミルク あぶらあげ	ごはん さとう でんぷん あぶら	にんじん だいこん たけのこ ごぼう しいたけ えだまめ えのきだけ あおねぎ	635 (759)	24.5 (29.1)
26	月	ミルクパン(小5・6年先中) ぎゅうにゅう ミートスパゲッティ はるきゃべつサラダ オムレツ ドレッシング パイナップル	ぎゅうにゅう たまご さば ぶたミンチ こなチーズ	スパゲッティ あぶら でんぷん ドレッシング さとう(ミルクパン)	にんじん もやし たまねぎ きゃべつ きゅうり とうもろこし パイナップル ほうれんそう	643 (815)	25.9 (31.1)
27	火	ごはん ぎゅうにゅう ホキのレモンふうみ くきわかめのにももの ぶたじる	ぎゅうにゅう ホキ とりこ あぶらあげ ぶたにく とうふ くきわかめ ちくわ みそ	ごはん でんぷん さとう あぶら	にんじん レモン たけのこ しいたけ だいこん ごぼう こんにやく あおねぎ	641 (766)	26.1 (31.0)
28	水	くろざとうパン ぎゅうにゅう とりこスタミナやき やさいスープ じゃがいもとアスパラガスのソテー	ぎゅうにゅう とりこ ベーコン ぶたにく	パン さとう ごま じゃがいも くろざとう	にんじん たまねぎ グリーンアスパラガス セロリー きゃべつ	654 (799)	27.9 (33.7)
30	金	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとしんたまねぎのいために たこのころもあげ たくあんのごまあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ かつおぶし たこ いか たちうお だいずこ	ごはん じゃがいも さとう あぶら ごま こむぎこ でんぷん	にんじん たまねぎ こんにやく えだまめ たくあん	649 (805)	21.5 (26.7)

(* 神河町産の食材には、~~~~~を引いています。)

今月の平均

649
(776)

25.5
(29.7)



* 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。

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			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

12日(月)・・・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『クレープ』がつけます。(幼稚園には、19日(月)にクレープがつけます。)



令和3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26日 (1回のみ)
 小学校 3850円 5月分以降 毎月10日 (再引き落としは25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。

給食費は、給食食材の購入のみに使用しています。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。