



4月 こんだてよていひょう



令和6年

(小学生用)
八街市学校給食センター

ひ に ち	よ う び	し ゅ し ょ く	は し の ひ	牛 乳	ふ く し ょ く	おもなざいりょうとはたらき			エネルギー		
						ち・にく・ほねの もとなる	からだのちようしを ととのえる	ちから・ねつの もとなる	たんぱくし つ	し つ	
8	月	ごはん		○	いろいろやさいカレー チキンとブロッコリーのサラダ ヨーグルト	とりにく 牛乳 ヨーグルト	にんじん トマト かぼちゃ にんにく しょうが パプリカ キャベツ きゅうり ブロッコリー なす ズッキーニ	こめ あぶら さとう ごま	603 kcal	たんぱくし つ	
9	火	ソフトフランス (チョコクリーム)		○	パンプキングラタン おまめのスープ はるやさいソテー	とりにく 牛乳 ベーコン チーズ	にんじん ひよこめめ キャベツ こまつな えんどうめめ コーン アスパラガス いんげんめめ かぼちゃ たまねぎ えのきたけ	パン バター さとう あぶら	588 kcal	し つ	
10	水	むぎごはん	☆	○	ちくわのいそべあげ ごもくどうふ そばろ	ちくわ どうふ ぶたにく あおさ たまご とりにく だいず えび	にんじん たけのこ たまねぎ きぬさや しいたけ しょうが グリーンピース	こめ むぎ ごまあぶら でんぷん あぶら さとう こむぎこ	661 kcal	食 塩 相 当 量	
11	木	テーブルロール		○	とうふナゲット(2こ) ポークビーンズ ピーチゼリー	ぶたにく 牛乳 だいず	にんじん トマト	にんにく たまねぎ しろいんげんめめ マッシュルーム	パン あぶら じゃがいも さとう	628 kcal	
12	金	ごはん (ふりかけ)	☆	○	たまごやき とんじる ひじきサラダ	たまご 牛乳 ぶたにく ひじき どうふ あおさ たらこ オキアミ	にんじん えだまめ	こめ あぶら じゃがいも さとう ピーナッツ	559 kcal		
15	月	ごはん	☆	○	いかのスタミナソース がんもどきのちゅうかに はるさめのごまいため	いか 牛乳 がんもどき ぶたにく とりにく	にんじん たまねぎ チンゲンサイ にんにく しょうが こまつな しいたけ キャベツ メンマ	こめ あぶら さとう ごまあぶら はるさめ ごま でんぷん	604 kcal		
16	火	しよくパン (いちごジャム)		○	コーンコロッケ ミネストローネ カラフルサラダ	とりにく 牛乳 だいず	にんじん トマト いんげん たまねぎ パプリカ カリフラワー ブロッコリー ズッキーニ	パン あぶら じゃがいも オリーブオイル さとう バター	588 kcal		
17	水	むぎごはん	☆	○	しゅうまい(2こ) ちゅうかふうたまごスープ ぶたキムチ	ベーコン 牛乳 かにかまぼこ たまご ぶたにく	こまつな しいたけ たまねぎ にんじん だいこん もやし いら はくさい しょうが	こめ むぎ ごまあぶら さとう あぶら こむぎこ	602 kcal		
18	木	ペンネ・ ミートソース		○	たらなたつたあげ・コロロやさいソース メープルパンケーキ	ぶたにく 牛乳 だいず チーズ たら とりにく	にんじん たまねぎ トマト セロリ パプリカ マッシュルーム ズッキーニ レモンかじゅう	ペンネ あぶら でんぷん さとう パンケーキ	559 kcal		
19	金	ごはん	☆	○	はながたとうふバーグ・あんかけ はっぼうみそしる こうはくフルーツしらたま	ぶたにく 牛乳 とりにく どうふ	こまつな だいこん たまねぎ にんじん しいたけ パイン みかん	こめ あぶら さとう でんぷん さつまいも しらたまもち	627 kcal		
22	月	ごはん	☆	○	マーボーどうふ きくらげとたまごのちゅうかいため むらさきいももち	どうふ 牛乳 とりにく だいず ぶたにく たまご	にんじん しょうが しいたけ いら ながねぎ たまねぎ いんげん きくらげ にんにく	こめ もちこ あぶら さとう ごまあぶら さつまいも ごま むらさきいも でんぷん	693 kcal		
23	火	はちみつパン		○	ホタテふうフライ(2こ) ミルクスープ シーフードマリネ	いとよくだい 牛乳 とりにく いか えび ツナ	にんじん たまねぎ こまつな キャベツ パセリ きゅうり	パン あぶら さとう パンこ	564 kcal		
24	水	むぎごはん	☆	○	とりのてりやき(2こ) にくじゃが とうにゅうプリン	とりにく 牛乳 ぶたにく とうにゅう	にんじん えだまめ たまねぎ	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも でんぷん	676 kcal		
25	木	コッペパン		○	ハムカツ はるキャベツのクリームに かいそうサラダ	ハム 牛乳 とりにく チーズ あさり かいそう	にんじん キャベツ たまねぎ マッシュルーム だいこん きゅうり	パン あぶら パンこ	613 kcal		
26	金	ごはん	☆	○	あじなんばんづけ たけのこのおかか オレンジ	あじ 牛乳 とりにく さつまあげ かつおぶし	にんじん たけのこ いんげん しょうが にんにく オレンジ	こめ あぶら さとう	556 kcal		
30	火	こくとうパン		○	ハッシュドポテト やさいスープ フルーツカクテル	ウインナー 牛乳	にんじん たまねぎ えどな キャベツ パイン みかん	パン バターオイル じゃがいも マカロニ さとう	554 kcal		

* 4月分 給食費の口座振替日は 7月1日(月) です *

学校給食摂取基準
児童(8~9歳)

エネルギー 650kcal
たんぱくしつ 21.1~32.5g
しつ 14.4~21.7g
食塩相当量 2.0gみまん

※給食費は、全額が食材料費に充てられています。納め忘れのないようご協力をお願いいたします。
※食材の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。

にゅうがく しんきゅう
ご入学・ご進級
おめでとうございます

今年度も、
皆さんにおしく
食べてもらえるよう
心をこめて調理します。

給食費のお知らせ 月額4,430円です

給食センターで気をつけていること
学校給食の献立は、栄養士が次のようなことを考えて作っています。

- * 栄養のバランスがとれるように
- * 好き嫌いがなくなるように
- * 季節感を出せるように
- * 衛生的・安全であるように
- * その他

(予算に収まるように、配送時間に間に合うように など)

きゅうしよく じかん せいちょう ひつよう
給食の時間は、成長に必要な
えいよう ほきゅう
栄養を補給するだけでなく、
みなさんにさまざま しょくけいけん つ
様々な食経験を積んで
もらう機会でもあります。
あわてずによくかんで、食材の
あじ かん
味を感じとってください。