



# 平成23年度4月中学校給食予定献立表



三島市立錦田学校給食共同調理場

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄色の仲間 熱や力のもとになる	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)		
14 (木)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳	☆精白米・麦	806kcal 31.1g		
	チンジャオロース	豚肉	ピーマン	じゃがいも・でん粉			
	豆腐と青菜のスープ	豆腐・かまぼこ	☆小松菜・にんじん	えのき茸		食物油・ごま油	
	ミニトマト		☆トマト	でん粉			
	果物		果物				
15 (金)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳	☆精白米・麦	817kcal 30.5g		
	二色丼(炒り卵)	鶏卵・まぐろの油漬け	にんじん	筍・☆干し椎茸		食物油	
	肉団子スープ	まぐろの水煮・油揚げ				鶏卵	
	コーヒーゼリー(ミルク)	鶏肉	☆小松菜	玉葱・☆しめじ		春雨	
		ミルク		ゼリーの素			
18 (月)	五目炊き込みご飯(麦)・牛乳	鶏肉・油揚げ	☆牛乳	☆精白米・麦	700kcal 25.9g		
	豚汁	豆腐・豚肉・みそ・竹輪	にんじん	椎茸・グリーンピース		里いも	
	アーモンドフィッシュ		にんじん・☆葉ねぎ	大根・ごぼう		アーモンド	
	ワッフルドッグ	鶏卵	小魚				
			脱脂粉乳	小麦粉			
19 (火)	赤飯・牛乳	小豆	☆牛乳	もち米・うるち米	853kcal 32.1g		
	三島コロッケ	豚肉・鶏卵		じゃがいも・パン粉・小麦粉		食物油	
	ヒレカツ(ソース)	豚肉		玉葱		パン粉・小麦粉	食物油・白ごま
	おひたし		☆ほうれん草	キャベツ・ホールコーン缶			
	すまし汁	豆腐・かまぼこ	☆葉ねぎ	えのき茸			
	りんごゼリー			りんご・りんごジュース			
20 (水)	メロンパン・バターロール型パン・牛乳		☆牛乳	パン	954kcal 31.7g		
	じゃがいもとウィンナーの トマト煮	ベーコン	にんじん	じゃがいも・小麦粉		バター	
	ビーンズサラダ	ポークウィンナー	トマト缶	玉葱・グリーンピース			
	果物	大豆・鶏肉・竹輪	にんじん	きゅうり・キャベツ ホールコーン缶		マヨネーズ	
			果物				
21 (木)	ソフトめん・牛乳		☆牛乳	ソフトめん	928kcal 32.1g		
	ミートソース	豚肉	粉チーズ 脱脂粉乳	小麦粉		バター	
	ジャーマンポテト		にんじん	玉葱		食物油	
	夏みかんゼリー	ポークウィンナー	トマト缶・パセリ	玉葱・グリーンピース 甘夏みかん缶		ゼリーの素	食物油
22 (金)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳	☆精白米・麦	755kcal 34.6g		
	さわらの照り焼き	さわら					
	ごま和え		☆小松菜	キャベツ		白ごま	
	かき卵みそ汁	豆腐・鶏卵・みそ	☆葉ねぎ	えのき茸			
	あさりの佃煮	あさり					
	豆乳ココアプリン	豆乳	脱脂粉乳・☆生クリーム			プリンの素	
25 (月)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳	☆精白米・麦	881kcal 28.5g		
	カレー	豚肉	脱脂粉乳・粉チーズ	にんじん		じゃがいも・カレールウ	食物油・バター
	ツナサラダ	まぐろの油漬け		玉葱・グリーンピース		食物油	
	ミニトマト			キャベツ・きゅうり レタス・ホールコーン缶			
	福神漬け		☆トマト				
	ブルーベリーゼリー		寒天	福神漬け ブルーベリー			
26 (火)	さくらご飯(麦)・牛乳		☆牛乳	☆精白米・麦	821kcal 32.3g		
	魚からしマヨネーズ焼き	さけ		パン粉		マヨネーズ	
	三色和え	ポークハム	にんじん	キャベツ・きゅうり			
	ポテトスープ	ベーコン	にんじん・☆小松菜	玉葱		じゃがいも	
			☆牛乳・脱脂粉乳 ☆生クリーム	ミルクプリンの素			
27 (水)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳	☆精白米・麦	756kcal 28.6g		
	ししゃもの竜田揚げ	ししゃも				食物油・でん粉	
	五目豆	大豆・鶏肉・竹輪	昆布	にんじん		ごぼう・グリーンピース	食物油
	みそ汁	油揚げ・みそ	☆葉ねぎ	キャベツ		じゃがいも	
	のりの佃煮	のり					
28 (木)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳	☆精白米・麦	831kcal 34.9g		
	親子丼	鶏肉・かまぼこ		にんじん		☆筍・玉葱・グリーンピース	
	みそ汁	鶏卵		☆干し椎茸			
	ブルーヨーグルト	豆腐・油揚げ・みそ	☆小松菜	☆しめじ		ブルー	
		ヨーグルト					