

平成24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	間の仲間 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)	
10 (火)	カレーライス(麦)・牛乳	鶏肉	☆牛乳・粉チーズ 脱脂粉乳	人参	玉葱・グリーンピース	☆精白米・麦 じゃがいも・カレールウ	915kcal 29.5g
	オムレツ	鶏卵・牛肉・豚肉			玉葱	バター 食物油	
	ツナサラダ	まぐろ油漬			キャベツ・きゅうり レタス・ホールコーン缶	食物油	
	福神漬				福神漬		
	いちごミルクデザート		牛乳		いちご果汁		
11 (水)	ソフトめん・牛乳	☆豚肉	☆牛乳・粉チーズ 脱脂粉乳	トマト缶	玉葱	ソフトめん・☆小麦粉	892kcal 32.1g
	ミートソース			人参・パセリ		バター 食物油	
	シャーマンポテト	ポークウィンナー	粉チーズ		玉葱・グリーンピース	じゃがいも 食物油	
	果物				果物		
12 (木)	【入学・進級お祝い献立】						816kcal 26.4g
	赤飯・牛乳		☆牛乳			赤飯	
	三島コロッケ	☆豚肉			玉葱	☆じゃがいも・パン粉	
	エビフライ	エビ				小麦粉・パン粉	
	コールスロー		チーズ		キャベツ・☆みかん缶	食物油	
	みそ汁	☆豆腐・☆油揚げ・みそ	生わかめ	☆小松菜			
	果物				果物		
13 (金)	マーボー豆腐丼(麦)・牛乳	☆豆腐・☆豚肉・みそ	☆牛乳	葉葱・人参	玉葱・筍缶・干し椎茸	☆精白米・麦・でん粉	871kcal 33.2g
	じゃがいもの中華サラダ			人参	ホールコーン缶・きゅうり	じゃがいも	
	ミニトマト			☆ミニトマト		ごま油	
	牛乳かん		☆牛乳・粉チーズ 天		パイン缶		
16 (月)	五目炊き込みご飯・牛乳	鶏肉・油揚げ	☆牛乳	人参	椎茸・グリーンピース	☆精白米・麦	813kcal 32.6g
	さばの香味焼き	さば	ちりめんじゃこ	にら		白ごま・ごま油	
	ほうれん草の ごまジャコ和え			☆ほうれん草	キャベツ	白ごま・ごま油	
	みそ汁	☆油揚げ・みそ	生わかめ	人参	ホールコーン缶	アーモンド	
	ワインゼリー			葉葱		じゃがいも ゼリーの素	
17 (火)	メロンパン・バターロール型パン 牛乳		☆牛乳			パン	966kcal 32.0g
	じゃがいもと ウィンナーのトマト煮	ポークウィンナー		人参	玉葱・グリーンピース	じゃがいも・☆小麦粉	
	ビーンスサラダ	ベーコン		トマト缶		バター	
	果物	大豆		人参	きゅうり・キャベツ ホールコーン缶	マヨネーズ	
18 (水)	麦ご飯・牛乳		☆牛乳			☆精白米・麦	832kcal 33.9g
	カラフル卵焼き(卵)	鶏卵・ベーコン	チーズ ちりめんじゃこ	人参	玉葱・ホールコーン グリーンピース	マヨネーズ バター	
	野菜のピーナッツ和え	ポークウィンナー		☆ほうれん草	キャベツ	ピーナッツ	
	けんちん汁	☆豆腐・鶏肉		葉葱・人参	大根・ごぼう	里芋・こんにゃく・でん粉	
	わかめしらすふりかけ		わかめ・しらす			ごま	
19 (木)	麦ご飯・牛乳		☆牛乳			☆精白米・麦	818kcal 33.9g
	鶏肉のごまソースかけ	鶏肉		人参・☆小松菜	キャベツ・ホールコーン	でん粉・☆小麦粉	
	野菜ソテー					食物油・白ごま バター	
	ミニトマト			☆ミニトマト			
	すまし汁(うずらの卵)	☆豆腐・かまぼこ うずらの卵			えのき茸・水菜	焼きふ	
	のりの佃煮		のり				

☆ 県内産の食材

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	間の仲間 体になる	緑の仲間 子の調子を整える	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)	
20 (金)	麦ご飯・牛乳		☆牛乳		☆精白米・麦	791kcal 32.7g	
	ハンバーグ(ツ-)	☆豚肉・☆豆腐 鶏卵・おから	脱脂粉乳 ひじき	玉葱・☆しめじ	パン粉 バター・白ごま 食物油		
	コーンポテト			ホールコーン缶	じゃがいも バター		
	豆腐と青菜のスープ	☆豆腐・かまぼこ		☆小松菜・人 参	干し椎茸		でん粉
	果物			果物			
23 (月)	さくらご飯・牛乳		☆牛乳		☆精白米・麦	830kcal 31.9g	
	魚のからしマヨネーズ	さけ			パン粉 マヨネーズ		
	三色和え	ポークハム		☆小松菜・人 参	きゅうり		でん粉 食物油
	お好み豆 ポテトスープ	白いんげん豆・きな粉 ベーコン		葉葱・人参 玉葱	じゃがいも		
24 (火)	麦ご飯・牛乳		☆牛乳		☆精白米・麦	763kcal 31.0g	
	がんもの煮付け	がんもどき					
	野菜の酢みそ和え	いか・みそ	生わかめ	人参 キャベツ・きゅうり	こんにゃく 白ごま		
	ミニトマト			☆ミニトマト			
	みそ汁	☆豆腐・☆油揚げ・みそ		☆小松菜 ☆しめじ			
	大豆のふりかけ	大豆・かつお削り節	ちりめんじゃ こ	人参	白ごま・食物油		
	ブルーベリーヨーグルト		ヨーグルト		ブルーベリー		
25 (水)	麦ご飯・牛乳		☆牛乳		☆精白米・麦	742kcal 32.1g	
	焼きししゃも		ししゃも				
	五目豆	大豆・鶏肉・竹輪	昆布	人参 ごぼう・グリーンピース	こんにゃく 食物油		
	みそ汁	☆豆腐・みそ	生わかめ	☆小松菜 えのき茸			
	コーヒー牛乳の素				コーヒー牛乳の素		
	昆布のつくだ煮		昆布				
	果物			果物			
26 (木)	わかめご飯・牛乳		☆牛乳・わか め		☆精白米・麦	789kcal 25.8g	
	揚げ出し豆腐のあんかけ	豆腐・鶏肉 かまぼこ		人参 さやいんげん えのき茸	☆筍・玉葱・☆しめじ でん粉 食物油		
	粉ふきいも				じゃがいも		
	みそ汁	☆油揚げ・みそ		葉葱 大根			
	型抜きレアチーズケーキ		レアチーズ				
27 (金)	麦ご飯・牛乳		☆牛乳		☆精白米・麦	738kcal 33.5g	
	さわらの照り焼き	さわら					
	ごま和え			☆ほうれん草 キャベツ	白ごま		
	かきたまみそ汁	鶏卵・みそ		☆小松菜 玉葱			
	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				ココアプリンの素

☆ 県内産の食材

【 お知らせ 】

山田中学校：19日(木)、20日(金)は、給食がありません。

今月の学校給食で使用している小松菜は、三島市山田地区の杉本正博さん、ほうれん草は林正俊さん、しめじは川原ヶ谷地区の長谷川健一さん、ミニトマトは小林道雄さんの畑で栽培されたものです。トマトソースは、三島ときめき連絡協議会トマトグループの皆さんの畑で栽培されたトマトを加工したものを使用しています。