



平成26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	主に体の組織をつくる 食品群	主に体の調子を整える 食品群	主にエネルギーになる 食品群	エネルギー (kcal) たんぱく 質(g)	
9 (水)	ご飯(麦)・牛乳	☆牛乳		☆精白米・麦	870kcal 29.7g	
	鶏肉とじゃがいもの揚げ煮	鶏肉・ひよこ豆	人参 筍缶・グリーンピース	じゃがいも・でん粉 食物油		
	おひたし		☆小松菜 キヤベツ・ホールコーン缶			
	かきたまみそ汁	豆腐・鶏卵・みそ	葉葱・人参 玉葱			
	かつおぶりかけ	かつお				
	ピーチゼリー		もも缶	ゼリーの素		
10 (木)	【入学・進級お祝い献立】				848kcal 23.3g	
	赤飯・ごま塩・牛乳	☆牛乳		赤飯 ごま		
	三島コロッケ		玉葱	☆じゃがいも・パン粉 食物油		
	蒸しキャベツ		キャベツ	ごま		
	ミニトマト		☆ミニトマト			
	けんちん汁	豆腐・鶏肉	葉葱・人参 大根・ごぼう	里いも・こんにゃく でん粉		
お祝いクレープ	鶏卵		もも果汁・いちご 小麦粉			
11 (金)	カレーライス(麦)・牛乳	豚肉 ☆牛乳・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	865kcal 29.2g	
	ツナサラダ	まぐろの油漬け		キャベツ・きゅうり レタス・ホールコーン缶		
	福神漬け			福神漬け		
	型抜きチーズ		チーズ			
14 (月)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳	☆精白米・麦	719kcal 30.0g	
	魚の西京焼き	さけ・みそ				
	ごま和え		☆ほうれん草・人参	キャベツ		ごま
	具だくさん汁	豚肉	小松菜	☆大根・☆しめじ		さつまいも・でん粉
	ちりめん佃煮		ちりめん			
	果物			果物		
15 (火)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳	☆精白米・麦	869kcal 32.1g	
	カラフル卵焼き(りー)	鶏卵・ベーコン	チーズ 人参	玉葱・ホールコーン		マヨネーズ
		ポークウィンナー	ちりめんじゃこ	グリーンピース		バター
	金時の煮豆	金時豆				
	玉葱とわかめのみそ汁	みそ	わかめ 葉葱	玉葱		焼き豆腐
	りんごゼリー		粉寒天	りんご缶・りんごジュース		
わかめしらすぶりかけ		わかめ・しらす		ごま		
16 (水)	クリームソース (ソフトめん)	ベーコン・えび ホタテガイ貝柱	☆牛乳・チーズ ☆生クリーム	☆ほうれん草 玉葱	☆精白米・麦 ☆小麦粉	食物油 バター
	フレンチサラダ			キャベツ・きゅうり レタス・ホールコーン缶	食物油	
	ミニトマト		☆ミニトマト			
17 (木)	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・干し椎茸	☆精白米・麦・でん粉	食物油
	じゃがいもの中華サラダ		人参	ホールコーン缶・きゅうり キャベツ	じゃがいも	ごま油
	アーモンドフィッシュ		小魚		アーモンド	

☆ 県内産の食材

18 (金)	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳			☆精白米・麦		804kcal 31.8g
	魚のオーロラソース	さわら		☆トマトソース	玉葱	でん粉	食用油	
	野菜のピーナッツ和え			☆ほうれん草	キャベツ		ピーナッツ	
21 (月)	豆腐と白菜のみそ汁	豆腐・油揚げ・みそ	わかめ	☆小松菜	白菜			783kcal 31.3g
	果物				果物			
	わかめご飯(麦)・牛乳		☆牛乳・わかめ			☆精白米・麦		
	オムレツの野菜あんかけ	鶏卵・鶏肉		ピーマン・人参	玉葱・☆筍・☆しめじ	でん粉	食用油	
22 (火)	お好み豆	白いんげ豆・きな粉						759kcal 33.4g
	肉団子のスープ	つくね		☆小松菜	玉葱・☆しめじ	春雨		
	【 ふるさと給食の日 】							
	五目炊き込みご飯(麦)・牛乳	鶏肉・油揚げ	☆牛乳	人参	椎茸・グリーンピース	☆精白米・麦		
	さばのカレーチーズ焼き	さば	チーズ					
23 (水)	小松菜のごまジャコ和え		ちりめんじゃこ	☆小松菜	キャベツ		アーモンド	762kcal 35.0g
	太根としめじのみそ汁	油揚げ・みそ		人参	ホールコーン缶		ごま・ごま油	
	果物			葉葱	☆大根・☆しめじ			
	中華丼(麦)・牛乳	豚肉・いか	☆牛乳	人参	玉葱・キャベツ・もやし	☆精白米・麦	食用油	
24 (木)	うずらの卵	うずらの卵			筍缶・グリーンピース	でん粉	ごま油	902kcal 29.6g
	中華コーンスープ	豆腐・鶏卵		☆小松菜	クリームコーン缶	でん粉		
	加工小魚		小魚		ホールコーン・☆しめじ			
	果物				果物			
25 (金)	メロンパン・牛乳		☆牛乳			パン		816kcal 32.8g
	バターロール型パン							
	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・トマト缶	玉葱・グリーンピース	じゃがいも	バター	
28 (月)	コールスロー			☆トマトソース		☆小麦粉		796kcal 29.2g
	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳			☆精白米・麦		
	鶏肉のごまソースかけ	鶏肉				でん粉・☆小麦粉	ごま・食用油	
	野菜昆布和え		昆布	人参	きゅうり・キャベツ		ごま	
	すまし汁	豆腐・かまぼこ		☆小松菜	えのき茸	焼き豆腐		
	ミニトマト			☆ミニトマト				
30 (水)	お茶卵ふりかけ	鶏卵					ごま	835kcal 29.6g
	さくらご飯(麦)・牛乳		☆牛乳			☆精白米・麦		
	魚のマヨネーズ焼き	さけ				パン粉	マヨネーズ	
	ほうれん草のソテー			☆ほうれん草	玉葱・☆エリンギ		バター	
30 (水)	野菜スープ	ベーコン・あさり		人参・葉葱	玉葱・キャベツ		食用油	835kcal 29.6g
	みかんゼリー				甘夏みかん	ゼリー素		
	ご飯(麦)・牛乳		☆牛乳			☆精白米・麦		
	焼きししゃも		ししゃも				食用油	
	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		
じゃがいもと玉葱のみそ汁	みそ		☆小松菜	玉葱	じゃがいも			
のりの佃煮		のり						
果物					果物			

☆ 県内産の食材

◆ 今月の給食回数は、15回の予定です。

錦田中学校：9日(水)は、給食がありません。

◎ 4月の旬の食材の紹介 (給食使用分) ◎

じゃがいも・キャベツ・玉葱・筍・キウイフルーツ・清見オレンジ

今月の学校給食で使用している大根は、三島市山田地区の山本克彦さん、ほうれん草は川原ヶ谷地区の林正俊さん、ミニトマトは小林道雄さん、筍は小沢地区の遠藤芳明さんの畑で栽培されたものです。トマトソースは、三島ときめぎ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。