



# 平成30年度4月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 (月)	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・砂糖	バター 植物油	845kcal 24.3g
	フレンチサラダ			人参	キャベツ・きゅうり ホールコーン缶	じゃがいも・カレールウ 砂糖	植物油	
	福神漬け				福神漬け			
	フルーツゼリー				パイン缶・みかん缶	ゼリーの素		
10 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		807kcal 33.6g
	ビビンバ (肉炒め・ごま和え・炒り卵)	豚肉・鶏卵・みそ		小松菜 人参	ぜんまい・キャベツ	砂糖	植物油・ごま ごま油	
	ワンタンスープ	鶏肉	わかめ	葉葱・人参	白菜・玉葱	わたんどの皮	植物油・ごま油	
	加工小魚		小魚				ごま	
11 (水)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		854kcal 32.2g
	魚のオーロラソース	さわら	大豆	トマトソース 人参	玉葱・グリーンピース	でん粉・砂糖	植物油	
	三色和え	ポークハム		人参	キャベツ・きゅうり	砂糖		
	みそ汁	油揚げ・みそ	わかめ	葉葱	大根・しめじ	じゃがいも		
	ミルクプリン		牛乳・脱脂粉乳			ミルクプリンの素		
12 (木)	黒糖パン・牛乳		牛乳			パン・黒糖		821kcal 30.8g
	じゃがいもとウィンナーの トマト煮	ポークウィンナー 豚肉		トマト缶・人参 トマトソース	玉葱 グリーンピース	じゃがいも・砂糖 小麦粉	バター	
	ビーンズサラダ	大豆		人参	キャベツ・きゅうり ホールコーン缶	砂糖	植物油	
	果物				果物			
13 (金)	【入学・進級お祝献立】							834kcal 25.0g
	赤飯(麦)・牛乳	小豆	牛乳			赤飯	ごま	
	三島コロッケ				玉葱	じゃがいも・パン粉	植物油	
	蒸しキャベツ(ツス)				キャベツ	砂糖	ごま	
	切り昆布のピリ辛煮	焼き竹輪	昆布	人参	干し椎茸		ごま・ごま油	
	豚汁	豚肉・豆腐・みそ		人参・葉葱	大根・ごぼう	じゃがいも		
	いちごのお祝いケーキ	鶏卵	乳製品		いちご	こんにゃく 砂糖・小麦粉・でん粉	植物油	
16 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		832kcal 30.8g
	ししゃもフライ		ししゃも			小麦粉・パン粉	植物油	
	ひじきの炒め煮	油揚げ・大豆	ひじき	人参 さやいんげん	干し椎茸	砂糖	ごま・植物油	
	かき玉みそ汁	豆腐・鶏卵・みそ		小松菜・人参 葉葱	大根・しめじ			
	型抜きチーズ		チーズ					
17 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		776kcal 32.5g
	家常豆腐	焼き豆腐・豚肉		人参 さやいんげん	玉葱・干し椎茸・筍缶	でん粉・砂糖	植物油	
	わかめスープ	鶏肉 かまぼこ	わかめ	小松菜 人参	大根 もやし		ごま	
	ミニトマト			ミニトマト				
	かつおぶりかけ	かつお					ごま	
18 (水)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		847kcal 31.8g
	鶏肉のごまソース	鶏肉				でん粉	ごま・植物油	
	ヘルシーサラダ			人参	キャベツ・きゅうり ホールコーン缶	こんにゃく・砂糖	ごま油	
	豆腐と小松菜のスープ ヨーグルト	豆腐・鶏肉	ヨーグルト	小松菜・人参	大根	でん粉		



日	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		食品群		食品群		食品群		
19 (木)	【ふるさと給食の日】							775kcal 32.5g
	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		
	さばの香味焼き	さば		にら			ごま油・ごま	
	筑前煮	鶏肉・竹輪	昆布	人参	れんこん・筍・ごぼう グリーンピース	こんにゃく・砂糖	食物油	
	みそ汁	油揚げ・豆腐 みそ	わかめ	葉葱	大根 キャベツ			
	のりの佃煮		のり			砂糖		
20 (金)	さくらご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		878kcal 32.3g
	カラフル卵焼き(ｸﾞｰｽ)	鶏卵・ベーコン ポークウィンナー	チーズ	人参	玉葱・ホールコーン グリーンピース	砂糖	マヨネーズ バター	
	ごま和え			小松菜 人参	キャベツ	砂糖	ごま	
	具だくさん汁	豚肉・豆腐・みそ		人参・葉葱	大根・ごぼう	じゃがいも こんにゃく		
	果物				果物			
23 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		926kcal 36.8g
	ハンバーグ	鶏肉・豚肉・鶏卵 豆腐・おから	ひじき 脱脂粉乳		玉葱・しめじ	パン粉・砂糖	食物油 バター	
	コーンポテト				ホールコーン	じゃがいも	バター	
	春キャベツスープ	鶏肉		小松菜・人参	キャベツ・玉葱			
	乳酸菌飲料(ヤクルト)		乳酸菌飲料					
24 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		861kcal 31.8g
	魚のからしマヨネーズ焼き おひたし	さけ		小松菜・人参	キャベツ・ホールコーン缶	パン粉	マヨネーズ	
	みそ汁	生揚げ・みそ	わかめ	葉葱	大根	じゃがいも		
	ミニトマト			ミニトマト				
25 (水)	ミートソース・牛乳 (ソフトめん)	豚肉	牛乳・チーズ 脱脂粉乳	人参・パセリ トマト缶 トマトソース	玉葱	ソフトめん・砂糖 ☆小麦粉	食物油 バター	848kcal 31.5g
	ジャーマンポテト	ポークウィンナー	チーズ	グリーンピース	玉葱	じゃがいも	食物油	
	果物				果物			
26 (木)	【ふるさと給食献立】							773kcal 27.8g
	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		
	黒はんぺんお茶フライ	黒はんぺん 魚介エキス		せん茶		小麦粉・パン粉	食物油	
	ごま和え	鶏肉		小松菜・人参	キャベツ	砂糖	ごま	
	みそ汁	油揚げ・みそ	わかめ	葉葱	大根・しめじ	じゃがいも		
大豆ふりかけ	大豆・かつお削り節	ちりめんじゃこ	人参		砂糖	食物油・ごま		
27 (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・干し椎茸・筍	精白米・麦・でん粉 砂糖	食物油 かき油	802kcal 32.4g
	じゃがいもの中華サラダ			人参	キャベツ・きゅうり ホールコーン缶	じゃがいも 砂糖	ごま油 食物油	
	アーモンドフィッシュ		小魚				アーモンド・ごま	

【お知らせ】

◆ 今月の給食回数は、15回の予定です。

錦田中学校：23日(月)は、給食がありません。

天候により、食材が変更になる場合があります。

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、ミニトマトは小林宏敏さん、葉葱は小沢地区の山田貴臣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。

