



平成31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		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	
8 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		830kcal 28.5g
	チキンとポークハンバーグ	鶏肉・豚肉			玉葱・しめじ	砂糖	食用油	
	マセドニアンサラダ			人参	きゅうり	じゃがいも・砂糖	食用油	
	クリームスープ	鶏肉	牛乳・チーズ 脱脂粉乳	人参・パセリ	玉葱	じゃがいも 小麦粉	食用油 バター	
9 (火)	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	856kcal 25.5g
	フレンチサラダ		チーズ		キャベツ・きゅうり	じゃがいも・カレールウ	食用油	
	福神漬け				ホールコーン缶	砂糖	食用油	
	みかんゼリー				福神漬け みかん缶		ゼリーの素	
10 (水)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		804kcal 29.2g
	魚のオーロラソース	さわか	大豆	トマトソース	玉葱・グリーンピース	でん粉・砂糖	食用油	
	おひたし			人参				
	みそ汁 のりの佃煮	油揚げ・みそ	わかめ のり	小松菜	ホールコーン・キャベツ	じゃがいも 砂糖		
11 (木)	黒糖パン・牛乳		牛乳			パン・黒糖		822kcal 30.2g
	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	玉葱	じゃがいも・砂糖	バター	
	ビーンズサラダ	大豆		人参	キャベツ・きゅうり	小麦粉	食用油	
	果物				ホールコーン缶	砂糖		
12 (金)	【入学・進級お祝献立】							737kcal 22.6g
	赤飯・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	食用油	
	蒸しキャベツ(ｸｰｽ)				キャベツ	砂糖	ごま	
	切り昆布のピリ辛煮	豚肉	昆布	人参	干し椎茸		ごま・ごま油	
	すまし汁	豆腐・焼麩		人参・小松菜				
	おめでとうデザート		豆乳	葉葱				
15 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		747kcal 27.8g
	ししゃもの竜田揚げ		ししゃも			でん粉	食用油	
	ひじきの炒め煮	さつま揚げ・大豆	ひじき	人参		砂糖	ごま・食用油	
	かき玉みそ汁	豆腐・鶏卵・みそ		グリーンピース	小松菜・人参			
16 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		777kcal 33.0g
	家常豆腐	焼き豆腐・豚肉		人参	玉葱・干し椎茸・筍缶	でん粉・砂糖	食用油	
	わかめスープ	鶏肉	わかめ	小松菜	大根		ごま	
	ミニトマト	かまぼこ		人参	もやし			
	かつおふりかけ	かつお		ミニトマト			ごま	
17 (水)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		862kcal 33.3g
	カラフル卵焼き(ｸｰｽ)	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		マヨネーズ バター	
	ごま和え			小松菜	キャベツ	砂糖	ごま	
	具だくさん汁	豚肉・豆腐・みそ		人参	大根・ごぼう	じゃがいも		
	加工小魚		小魚	葉葱		こんにゃく	ごま	

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	
18 (木)	さくらご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		733kcal 33.4g
	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	筍缶・ごぼう・大根 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			
19 (金)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		825kcal 33.9g
	ピピンバ (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	食物油・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	わたんたんの皮	食物油 ごま油	
	型抜きチーズ		チーズ					
22 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		792kcal 26.5g
	大豆とひじきのチーズ焼き	大豆・豚肉	ひじき・チーズ	人参・パセリ	玉葱・しめじ	じゃがいも・砂糖	食物油	
	春雨サラダ			人参	きゅうり・キャベツ	春雨・砂糖	ごま油	
	野菜スープ	ベーコン		小松菜・人参	玉葱・キャベツ			
23 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		789kcal 28.4g
	鶏肉のごまソース	鶏肉				でん粉・砂糖	ごま・食物油	
	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 のりふりかけ	豆腐・鶏肉		小松菜・人参	大根	でん粉	ごま	
24 (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	847kcal 31.2g
	ジャーマンポテト 果物	ポークウィンナー	チーズ	グリーンピース	玉葱 果物	じゃがいも	食物油	
25 (木)	【ふるさと給食献立】							800kcal 30.8g
	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・大豆 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		
26 (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・筍缶	精白米・麦・でん粉 砂糖	食物油 かき油	796kcal 30.6g
	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	
	国産レモンゼリー					レモン果汁	砂糖	

【 お知らせ 】

◆今月の給食回数は、15回の予定です。
錦田中学校：8日(月)・22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。

