



# 令和3年度 4月中学校給食予定献立表

山田中学校



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	
9 (金)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		762kcal 30.8g
	ハンバーグ(きのこソース)	鶏肉・豚肉		トマトピューレ	玉葱・しめじ	砂糖	植物油	
	粉ふき芋	大豆粉		トマトペースト	しょうが・にんにく			
12 (月)	キャベツスープ	鶏肉		小松菜・人参	キャベツ・玉葱			835kcal 37.2g
	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		
	オムレツ	鶏卵				砂糖・小麦粉		
	豆腐のカレー煮	豆腐・豚肉			玉葱・にんにく	カレールー	植物油	
	肉団子のスープ	大豆		小松菜	玉葱・しめじ	春雨・でん粉		
加工小魚	鶏肉				パン粉・砂糖			
13 (火)	親子丼	鶏卵・鶏肉		人参	筍缶・グリーンピース	精白米・麦		813kcal 38.0g
豚汁	かまぼこ		人参	玉葱・干し椎茸	砂糖			
豆乳ココアプリン	豚肉・豆腐		人参	大根	じゃが芋			
14 (水)	みそ汁	みそ		葉葱	ごぼう	こんにゃく		833kcal 44.7g
	鯖の香味焼き	豆乳	牛乳・脱脂粉乳			砂糖	ココア	
	筑前煮	鯖		にら	生姜・にんにく		ごま	
	みそ汁	鶏肉		人参	筍缶・ごぼう・大根	こんにゃく・砂糖	植物油	
15 (木)	ビーンスラダ	竹輪		小松菜・人参	キャベツ・しめじ			850kcal 30.8g
	じゃが芋とウィンナーのトマト煮	生揚げ・みそ						
	食パン・牛乳	大豆						
	ビーンスラダ	大豆		人参	玉葱	小麦粉・砂糖	ショートニング	
16 (金)	お祝いいちごゼリー	豆乳・大豆粉			いちご	砂糖・水あめ	植物油	771kcal 25.3g
	切り昆布のピリ辛煮	豚肉	糸昆布	人参	干し椎茸		ごま	
	すまし汁	かまぼこ		人参・小松菜	しょうが・にんにく		ごま	
	お祝いいちごゼリー	豆乳・大豆粉		葉葱		ふ	ごま	
	お祝いいちごゼリー	豆乳・大豆粉					ごま油	
19 (月)	ブルーベリーヨーグルト	豆乳・大豆粉						800kcal 33.3g
	鶏のごまソースかけ	鶏肉		人参	大根	じゃが芋		
	鶏のごまソースかけ	さつま揚げ		人参	大根	こんにゃく		
	鶏のごまソースかけ	豚肉		葉葱	ブルーベリー果汁			
20 (火)	魚のオーロラソース	鯖		人参	玉葱	精白米・麦		779kcal 28.9g
	三色和え	大豆		人参	グリーンピース	でん粉	植物油	
	みそ汁	豆腐・みそ	わかめ		しょうが	砂糖		
	みそ汁	豆腐・みそ	わかめ		キャベツ・きゅうり	砂糖		
21 (水)	じゃが芋の中華サラダ	豆腐・みそ	わかめ		とうもろこし			751kcal 22.3g
	じゃが芋の中華サラダ	豆腐・みそ	わかめ		大根・しめじ			
	じゃが芋の中華サラダ	豆腐・みそ	わかめ		大根・しめじ			
21 (水)	ピーチゼリー	豆腐・みそ	わかめ		桃果汁	砂糖・粉あめ		751kcal 22.3g
	ピーチゼリー	豆腐・みそ	わかめ		桃果汁	砂糖・粉あめ		

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)
22 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		766kcal 26.6g
	春巻き	豚肉		人参	玉葱・キャベツ しょうが・干し椎茸	春雨・でん粉・米粉 小麦粉・粉あめ	植物油 ショートニング 大豆油	
	野菜のオイスター炒め	豚肉		小松菜・人参	キャベツ・しめじ		植物油	
	中華コーンスープ	豆腐 鶏卵	わかめ		クリームコーン とうもろこし	でん粉		
	かつおふりかけ	鰯削り節 鰹削り節				砂糖 水あめ	ごま	
23 (金)	ソフト麺・牛乳 ミートソース	豚肉	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	トマトピューレ トマト缶・人参 トマトソース パセリ	玉葱 しょうが にんにく	小麦粉 小麦粉	バター 植物油	846kcal 30.2g
	ジャーマンポテト 果物	ポークウィンナー	チーズ		玉葱・グリーンピース 清見オレンジ	じゃが芋	植物油	
26 (月)	ご飯(麦)・牛乳 魚のからしマヨネーズ焼き		牛乳			精白米・麦		835kcal 36.3g
	エリンギソテー	鮭		小松菜 人参	キャベツ・エリンギ とうもろこし	パン粉	マヨネーズ バター	
	クリームスープ	鶏肉	牛乳・チーズ 脱脂粉乳	人参	玉葱 グリーンピース	じゃが芋 小麦粉	バター 植物油	
	ミニトマト			ミニトマト				
27 (火)	さくらご飯(麦)・牛乳 カラフル卵焼き(ソース)		牛乳			精白米・麦		811kcal 32.2g
	ごま和え	鶏卵・ベーコン ポークウィンナー	チーズ	人参	玉葱・とうもろこし グリーンピース		マヨネーズ バター	
	みそ汁			小松菜・人参	キャベツ	砂糖	ごま	
	アーモンドフィッシュ	みそ・油揚げ		人参・葉葱	玉葱	じゃが芋 砂糖	アーモンド ごま	
28 (水)	ご飯(麦)・牛乳 黒はんぺんのお茶フライ		牛乳			精白米・麦		775kcal 32.0g
	切干大根の煮物	鯖・鰯・鱈 大豆粉			せん茶	でん粉・砂糖 パン粉・小麦粉	植物油	
	けんちん汁	豚肉・さつま揚げ 油揚げ		人参 いんげん	切干大根 干し椎茸	砂糖	植物油	
	のりふりかけ	鶏肉・豆腐	のり	人参・葉葱	大根・ごぼう	こんにゃく 砂糖	ごま	
30 (金)	ご飯(麦)・牛乳 ポークカレー		牛乳			精白米・麦		873kcal 26.4g
	フレンチサラダ	豚肉	チーズ 脱脂粉乳	人参	玉葱・グリーンピース しょうが・にんにく	じゃが芋 カレールー	バター 植物油	
	福神漬け	ポークハム	チーズ	人参	キャベツ・きゅうり とうもろこし	砂糖	植物油	
	パインゼリー			しその葉	大根・きゅうり・なす れんこん・しょうが パインアップル缶	砂糖		

【 お知らせ 】

今月の給食回数は、15回の予定です。  
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野菜 】

ミニトマト・・・川原ヶ谷地区の小林さん  
しめじ・大根・エリンギ・・・JA三島函南さん  
トマトソース・・・三島ときめき連絡協議会トマトグループの加藤さん  
葉葱・・・小沢地区の山田さん

ご入学・ご進級おめでとございます

1年生を迎え、いよいよ給食が始まります。新学期は環境の変化などで、精神的にも肉体的にも疲れ気味になります。睡眠を十分に取り、朝ご飯を必ず食べてから登校させてあげてください。  
献立予定表は毎月配布します。献立別に使っている食材が分かるように表示していますので、ご家庭でご活用下さい。本年度も、安全でおいしい給食作りに調理場一同努力して参りますので、よろしくお願い致します。

給食の写真や、給食を作っている様子を学校ホームページに掲載していますのでご覧下さい。

[山田中学校](#)



[山田中学校ブログ](#)



[メニュー 給食](#)

