

4月 学校給食献立予定表 Aコース

東小・中央小・南小
藤田小・北泉小学校

日・曜日	飲料	料理名	体をつくる(赤)	エネルギーになる(黄)	体の調子を整える(緑)	1人分 [kcal]	蛋白質 [g]
12月	牛乳	もち麦ごはん ポークカレー かりかり大豆 わかめサラダ	牛乳 豚肉 大豆 ちりめんじゃこ わかめ	もち麦ごはん 油 じゃがいも 三温糖 香味塩ドレッシング	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 りんご コーン キャベツ	668	24.1
13日	牛乳	ツイストパン 野菜コンソメスープ いかナゲット② ジャーマンポテト ヨーグルト	牛乳 豚肉 いかナゲット ベーコン ヨーグルト	ツイストパン 油 じゃがいも	玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 コーン	644	25.1
14日	牛乳	ごはん すまし汁 さばの本庄ねぎみそ焼き 筑前煮	豆腐 かまぼこ わかめ みそ さば 鶏肉	ごはん 三温糖 油 こんにやく さといも	人参 えのき みつばしょうが ねぎ ごぼう たけのこ 干しいたけ いんげん	664	26.5
15日	牛乳	わかめごはん 玉ねぎのみそ汁 鶏肉の唐揚げ きゅうりサラダ さくらゼリー	牛乳 生揚げ みそ 鶏肉	わかめごはん 片栗粉 油 こんにやく 和風ドレッシング さくらゼリー	玉ねぎ 人参 小松菜 しょうが ブロッコリー きゅうり	709	24.6
16日	牛乳	フラワーロール ABCスープ ウインナー ｲﾘｱｯﾌﾟｽ② ツナひじきサラダ	牛乳 ベーコン ウインナー ひじき ツナ	フラワーロール じゃがいも ｺﾛﾓ ﾓｰﾅｰ 油 三温糖 ｲﾘｱｯﾌﾟﾄﾞ ｻﾗﾀﾞ	玉ねぎ 人参 キャベツ にんにく トマト ほうれん草	620	24.1
19日	牛乳	うす茶飯 大根とあさりのみそ汁 厚焼き玉子 たけのこごはんの具	牛乳 あさり 生揚げ みそ 厚焼き玉子 鶏肉 油揚げ	うす茶飯 油 三温糖	人参 大根 ねぎ 干しいたけ たけのこ 枝豆	645	24.9
20日	牛乳	黒パン オニオンスープ 鶏と野菜のフリット② クルトンサラダ カットオレンジ	牛乳 ベーコン 鶏と野菜のフリット	黒パン 油 クルトン ｶﾞﾞﾞ ｱｲﾗﾝﾄﾞ ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	玉ねぎ コーン パセリ 人参 キャベツ ブロッコリー オレンジ	636	20.8

材料入荷による多少の変更はご了承ください **太字**: 本庄または上里産の野菜です

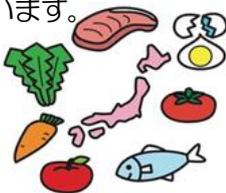


彩り豊かな花々が咲き誇る中、ピカピカの新生を迎えて、新しい1年がスタートしました。本年度も、安心・安全はもとより、子どもたちが楽しみにしてくれるようなおいしい給食作りに努めていきたいと思ひます。ご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。

学校給食について ~こんなことに気をつけています

食材

地域でとれる旬の食材を中心とし、なるべく国産のものを使用しています。



栄養

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、1日に必要な栄養の3分の1程度がとれるようにしています。



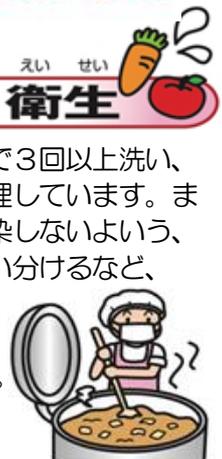
献立

行事食や郷土料理、世界の料理など、バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。



調理・衛生

野菜は流水で3回以上洗い、すべて加熱調理しています。また、食材を汚染しないよう、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。



給食センターの情報
発信してます!!

おすすめ
給食レシピ掲載!



はにぼん&こむぎっち



Twitter更新中!

日・曜日	飲料	料理名	体をつくる(赤)	エネルギーになる(黄)	体の調子を整える(緑)	1食分 - [kcal]	蛋白質 [g]	
21 水	牛乳	ごはん 若竹汁 さわらの西京焼き 生揚げの五目煮	牛乳 かまぼこ わかめ さわらの西京漬け 豚肉 生揚げ	ごはん 油 三温糖 片栗粉	人参 たけのこ 干しいたけ 玉ねぎ キャベツ	604	26.4	
22 木	牛乳	ごはん 春キャベツのみそ汁 ハムカツ(ソース) 青菜とじゃこの炒め物	牛乳 油揚げ わかめ みそ 米みそ ハム ちりめんじゃこ	ごはん 薄力粉 パン粉 油 ごま油 ごま	人参 キャベツ コーン 小松菜	674	25.5	
23 金	飲むヨーグルト	肉うどん みそポテト② 切干大根のサラダ	飲むヨーグルト 豚肉 なると みそ	地粉うどん 三温糖 じゃがいも 薄力粉 片栗粉 油 玉ねぎドレッシング	しょうが 人参 まいたけ ねぎ ほうれん草 切干大根 キャベツ	634	21.5	
26 月	牛乳	ごはん わかめスープ パオズ② ビビンバごはんの具 カット河内晩柑	牛乳 わかめ 五目包子 豚肉	ごはん はるさめ ごま油 三温糖 ごま	人参 ねぎ チンゲンサイ しょうが にんにく ぜんまい はくさい かつお ほうれん草 もやし 河内晩柑	636	24.4	
27 火	牛乳	子どもパン クラムチャウダー ハンバーグデミグラスソース グリーンサラダ	牛乳 ベーコン あさり ハンバーグ	子供パン 油 じゃがいも オリーブ油 三温糖 かんきつドレッシング	玉ねぎ 人参 パセリ セロリ キャベツ ブロッコリー きゅうり	724	26.6	
28 水	牛乳	ごはん かぶのみそ汁 白身魚の南蛮漬け お豆の親子の磯煮	牛乳 油揚げ みそ ホキ ひじき 大豆	ごはん 油 三温糖 しらたき	人参 玉ねぎ かぶ かぶの葉 しょうが ねぎ 干しいたけ 枝豆	633	25.5	
30 金	牛乳	ごまみそラーメン 揚げぎょうざ② フルーツ杏仁	牛乳 豚肉 みそ ぎょうざ	中華麺 ごま油 ごま 油 杏仁豆腐	しょうが にんにく 人参 もやし コーン ねぎ 小松菜 黄桃 白桃 パイン みかん	712	25.0	
材料入荷による多少の変更はご了承ください 給食回数 14回 (1年生は 4/15(木)から給食開始です。 給食回数 11回)						平均摂取量	659	平均 摂取1食分 - の14.9%
※太字は本庄または上里産の野菜です						摂取基準	640	基準 1食分 - の 13~20%

多言語に対応した献立表を
デジタルブックで配信中!!

○ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める
○文字サイズを調整できる ○動画や写真も楽しめる
○10言語で読める・聞ける (音声読み上げ対応※)

【対応言語】
日本語、英語、中国語(簡体字・繁体字)
韓国語、タイ語、ポルトガル語(ブラジル)
スペイン語、インドネシア語、ベトナム語
※ベトナム語は音声読み上げに対応していません。

無料 FREE APP



※ブラウザ版は音声読み上げには対応していません。音声読み上げには、無料アプリ「カタボケ」のインストールが必要です。

アプリのインストール

ブラウザ版



▲ iOS

▲ Android



© 本庄市 2010

© 上里町 2011

本庄上里学校給食センター

「令和3年度アレルギー対応給食協議会」の委員募集

給食センターでは、「アレルギー対応給食協議会」を設置し、学校給食における食物アレルギーの対応について協議しています。

つきましては、下記のとおり募集します。

- 1.対象 食物アレルギーのある児童生徒の保護者
- 2.募集人数 2人(本庄市1人・上里町1人)
- 3.開催回数 年3回程度(平日、日中の会議です)
会議に出席した時は、規定により報酬をお支払いします。
- 4.応募方法 応募用紙に応募理由を記入の上、給食センターに提出してください。
※応募用紙は給食センターにあります。
- 5.締切日 令和3年4月27日(火)
- 6.選考方法 給食センター事務局にて書類選考を行います。
- 7.問合せ先 給食センター 0495(24)2621

日時 4月21日(水)
午後1:30~4:00まで
場所 本庄上里学校給食センター
☎0495(24)2621

食物アレルギー等でご相談の
ある方はお気軽にお越し下さい。