

# 4月 学校給食献立予定表

中  
コース

（ 上北中・東中・南中  
上里中・西中学校 ）

日	飲料	料理名	1群	2群	3群	4群	5群	6群	1人1食 [kcal]	蛋白質 [g]
12水	牛乳	ごはん 野菜椀 鮭フライ（ソース） 五目煮豆 お祝いクレープ	油揚げ みそ 鮭 鶏肉 大豆	牛乳	人参 こまつな	大根 ねぎ ごぼう	ごはん 薄力粉 三温糖 パン粉 さといも こんにゃく お祝いクレープ	油	931	34.3
13木	牛乳	黒パン お豆のミネストローネ ほうれん草グラタン ブロッコリーチーズサラダ	ベーコン 大豆 金時豆 大福豆	牛乳 チーズ	人参 トマト ブロッコリー ほうれん草	にんにく 玉ねぎ キャベツ	黒パン じゃがいも 三温糖 マカロニ 薄力粉	イタリアンド レッシング	836	26.7
14金	牛乳	ごはん 中華スープ 揚げギョーザ③ 中華丼の具	ベーコン 豆腐 キョーザ 豚肉 うずら卵 生揚げ イカ えび	牛乳	人参 チンゲンサイ	コーン たけのこ えのき 玉ねぎ しょうが ねぎ 干しいたけ キャベツ	ごはん 片栗粉	油	886	31.4
17月	牛乳	ごはん もずく汁 鯖のみそ焼き ひじきのそぼろ煮 カット甘夏	糸かまぼこ 豆腐 さば みそ 鶏肉	牛乳 もずく ひじき	人参 こまつな 枝豆	しょうが 甘夏	ごはん 三温糖	油	806	34.8
18火	牛乳	中華麺 しょうゆラーメン 春巻き 海藻サラダ レモンヨーグルト	豚肉 春巻き	牛乳 わかめ くきわかめ とさかのり レモンヨーグルト	人参 にら	しょうが にんにく もやし ねぎ メンマ こんにゃく コーン キャベツ	中華麺	油 玉ねぎドレッシング	814	30.4
19水	牛乳	わかめごはん じゃがいものみそ汁 鶏肉のから揚げ ごま和え	油揚げ みそ 鶏肉	わかめ 牛乳	人参 こまつな	玉ねぎ ねぎ しょうが もやし キャベツ	ごはん じゃがいも 片栗粉 三温糖	油 ごま	870	31.6
20木	牛乳	バターロール キャベツスープ 焼きウインナー② ナポリタン	ウインナー ベーコン	牛乳	人参 ほうれん草 ピーマン トマト	キャベツ 玉ねぎ コーン にんにく	バターロール スパゲッティ	油 オリーブ油	878	31.4
21金	牛乳	ごはん ポークカレー チーズオムレツ ひじきサラダ パリッシュ	豚肉 ツナ 鶏卵	牛乳 ひじき チーズ かたくちいわし	人参 チャツネ	しょうが 玉ねぎ にんにく アップルソース キャベツ	ごはん じゃがいも	油 野菜いっぱい ドレッシング	873	35.6
24月	牛乳	茶飯 みそけんちん汁 あじフライ（ソース） たけのこごはんの具 カット河内挽柑	豆腐 油揚げ みそ あじ 鶏肉	牛乳	人参	ごぼう 大根 ねぎ たけのこ 干しいたけ グリーンピース 河内挽柑	茶飯 こんにゃく さといも 三温糖 パン粉	油	892	33.4
25火	牛乳	地粉うどん 山菜うどん 桜えびのかき揚げ 上里小松菜のおひたし フルーツミックスゼリー	豚肉 油揚げ	牛乳 桜えび	人参 小松菜	たけのこ えのき しめじ しいたけ ねぎ もやし 玉ねぎ わらび	地粉うどん フルーツミック スゼリー 薄力粉	油	834	27.9
26水	ヨーグルト 飲む	ごはん 若竹汁 鮭のレモン風味焼き 肉じゃが	糸かまぼこ さけ 豚肉	飲むヨーグルト わかめ	人参 ほうれん草	たけのこ 玉ねぎ いんげん レモン	ごはん じゃがいも こんにゃく 三温糖	油	760	36.4
27木	牛乳	ツイストパン 春野菜スープ 鶏肉のトマトソース ほうれん草ときのこのソテー ヨーグルト	鶏肉	牛乳 ヨーグルト	人参 小松菜 トマト パセリ ほうれん草	玉ねぎ 枝豆 キャベツ にんにく しめじ コーン	ツイストパン 三温糖	オリーブ油 バター	796	35.0
28金	牛乳	ごはん あさりと生揚げのみそ汁 カレーコロッケ 切干大根のサラダ ひじきのり	あさり 生揚げ 鶏肉 みそ おから	牛乳 ひじきのり	人参 こまつな	えのき ねぎ 玉ねぎ 切干大根 キャベツ	ごはん じゃがいも 薄力粉 パン粉	油 ごまドレッシング	818	27.9
材料入荷による多少の変更はご了承ください									平均 846	平均 32.1
給食回数 13回									基準 820	基準 30.0

太字の食材は、本庄産・上里産を使用予定です。

# 4月給食たより

本庄上里学校給食センター



## ご入学・ご進級おめでとうございます



新学期を迎え、子ども達は希望とやる気に満ちていることでしょう。4月の給食は12日から始まります。給食センターではおいしくて安全な給食を通して、子ども達の心と体の健康を支えていますので、よろしくお願いします。

### 本庄上里学校給食センターについて

- (1)所在地 本庄市小島南1-8-1  
小学校 13校 (旧本庄市8校・上里町5校)  
中学校 5校 (旧本庄市3校・上里町2校)
- (2)職員構成 (平成29年4月1日現在)  
事務4名、栄養教諭・栄養士等4名  
アレルギー対応給食調理員2名  
(株)東洋食品 委託調理員等 約70名



A・B・中の3コース、  
およそ7,500人分の  
給食を作っています！

### 献立の内容について

- ◎一汁二菜を基本としています。
- 【主食】  
・ご飯・・・週3回 (お米は児玉郡市産の「キヌヒカリ」を給食センターの炊飯室で炊いています)
- ・パン、麺・・・週1回
- 【牛乳】 小学校・中学校200ml  
※中学校は6～10月は250mlです。
- 【給食費について】  
小学校 月額：3,900円 (4月のみ3,990円)  
中学校 月額：4,830円 (4月のみ4,870円)  
\*給食費は小・中学校191回 (年間給食実施回数) を基本とした年間の食材費をもとに、月額で徴収させていただきます。(8月を除く11ヶ月)  
\*給食費は全額食材費に充てられます。
- 【おねがい】  
給食費の未納は、不公平が生じるとともに学校給食の円滑な運営に支障をきたしますので、銀行口座の残高を確認し、期限内のお支払いをお願いいたします。



### こんなことに気をつけて作っています

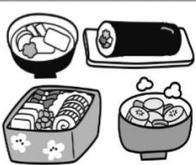
#### 栄養バランス



#### おいしく魅力ある献立作り



#### 行事食や郷土料理の伝承



#### 旬の食材や地場産物の活用



#### 食品の安全性



#### 衛生的な調理



### 4月の献立より



- 17日 もずく汁  
もずくの旬は春。つるつるとした食感が楽しめます。
- 26日 若竹汁  
春が旬のたけのことわかめのすまし汁です。
- 27日 鶏肉のトマトソース  
焼いた鶏肉に給食センター自慢の手作りソースをかけます。
- 25日 桜えびのかき揚げ  
カルシウム豊富な桜えびが入ったかき揚げです。
- 25日 上里小松菜のおひたし  
上里産の小松菜を使用したおひたしです。。

### ホームページをぜひご覧ください！

給食センターのホームページでは、給食写真を毎日更新しています。(写真はAコースの献立) また、明細献立、アレルギー情報、人気メニューのレシピ、食材の産地等、様々な情報を提供しております。ツイッターやフェイスブックでも調理中の写真や食材についてなど、給食に関するいろいろな情報を発信しています。

ホームページアドレス

<http://www.kyuushoku.jp>

「本庄上里学校給食センター」でも検索できます



本庄市マスコット  
はにぼん  
上里町マスコット  
こむぎっち



### 栄養相談日

- 日時 4月26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