



4月 献立予定表



令和6年度

大崎市岩出山学校給食センター < 大崎市立岩出山中学校 >

日	曜日	献立名		赤の食品 (からだをつくるものになるもの)		緑の食品 (からだの調子を整えるものになるもの)		黄の食品 (カのものになるもの)		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
				1群	2群	3群	4群	5群	6群	
				魚・肉・卵・豆・豆腐製品	牛乳・乳製品・小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂・種実	
9	火	ごはん	豚肉の生姜焼き ごぼうサラダ じゃがいもと豆腐のみそ汁	豚肉 ★みそ ハム 油揚げ 豆腐	牛乳 煮干し	にんじん	ごぼう ★きゅうり とうもろこし だいこん ねぎ	★米 三温糖 じゃがいも	マヨネーズ ごま	807 kcal 35.8 g 25.5 g 3.0 g
10	水	鮭菜めし ごはん	鶏肉のから揚げ つぼみ菜のおひたし 米粉めんのすまし汁 お祝い紅白ゼリー	鮭 鶏肉 かまぼこ かつおぶし 油揚げ なると	牛乳	★つぼみな にんじん あおな	もやし ねぎ えのきだけ	★米 かたくり粉 米粉めん ゼリー	大豆油	822 kcal 34.1 g 20.0 g 2.5 g
11	木	ごはん	いわしのオレンジ煮 カレー風肉じゃが なめこ汁	いわし 豚肉 豆腐 ★みそ	牛乳 煮干し	にんじん	グリーンピース たまねぎ なめこ だいこん ねぎ	★米 じゃがいも 三温糖	米油	743 kcal 32.9 g 17.3 g 2.8 g
12	金	ごはん	白身魚フライBBQソース ピーマン炒め レタスと卵のスープ	ホキ 豚肉 卵 ベーコン	牛乳	にんじん ピーマン ★チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ ★レタス とうもろこし	★米 三温糖 ピーマン かたくり粉	大豆油 ごま油	793 kcal 27.9 g 20.9 g 2.9 g
15	月	振替休業日								
16	火	ごはん	揚げぎょうざ(3個) ホイコーロー 米粉ワンタンスープ	豚肉	牛乳	にんじん ピーマン ★にら	キャベツ ねぎ たけのこ はくさい	★米 三温糖 かたくり粉 米粉ワンタン	大豆油 米油	792 kcal 26.1 g 23.9 g 3.1 g
17	水	麦ごはん	ポークカレー キャベツとブロッコリーのサラダ ミルクコーヒ	豚肉	牛乳	ブロッコリー にんじん トマト	★きゅうり キャベツ たまねぎ りんご	★米 麦 じゃがいも ミルク	米油 ドレッシング カレーウ	835 kcal 25.7 g 23.5 g 3.1 g
18	木	ごはん	酢鶏 春雨サラダ 中華スープ 清見オレンジ	鶏肉 卵 ハム ★豆腐 あさり	牛乳	にんじん ピーマン ★チンゲンサイ	たけのこ たまねぎ 干しいだけ ★きゅうり えのきだけ もやし きよみオレンジ	★米 かたくり粉 三温糖 春雨	大豆油 ごま油	790 kcal 30.1 g 21.4 g 2.6 g
19	金	麦ごはん	かつおのかりんと揚げ キャベツとわかめの和えもの あぶららみのみそ汁	かつお ツナ ★豆腐 ★みそ	牛乳 煮干し わかめ	にんじん ★こまつな	キャベツ ★きゅうり だいこん	★米 麦 かたくり粉 黒砂糖 三温糖 じゃがいも あぶららみ	大豆油 ごま油 ごま ドレッシング	734 kcal 34.4 g 20.8 g 2.5 g
22	月	振替休業日								
23	火	ごはん	肉じゃがコロッケ チンジャオロース みそラーメン風スープ ミニアセロラゼリー	豚肉 ★みそ	牛乳	ピーマン パプリカ にんじん ★にら	たけのこ はくさい ねぎ とうもろこし たまねぎ	★米 三温糖 米粉めん じゃがいも かたくり粉 ゼリー	大豆油 ごま油 ごま	853 kcal 31.3 g 23.5 g 2.4 g
24	水	ゆかり ごはん	ポテトのマヨネーズ焼き 豆もやしと昆布の煮もの かきたま汁	ウィンナー さつまいも 卵 豆腐 なると	牛乳 チーズ こんぶ	にんじん さやいんげん ★チンゲンサイ しそ	とうもろこし たまねぎ だいずもやし えのきだけ	★米 じゃがいも 三温糖 かたくり粉	マヨネーズ 米油 生クリーム	758 kcal 26.3 g 30.2 g 3.2 g
25	木	米粉 フォカッチャ	照り焼きハンバーグ マカロニサラダ クリームシチュー	鶏肉 ハム	牛乳	にんじん ブロッコリー	★きゅうり たまねぎ グリーンピース とうもろこし	米粉フォカッチャ 三温糖 かたくり粉 マカロニ じゃがいも	マヨネーズ 米油 シチュールウ	800 kcal 35.3 g 34.7 g 3.4 g
26	金	ごはん	春巻き 野菜の中華和え 中華風なめこ汁 美生柑	豚肉 鶏肉 豆腐 卵	牛乳	にんじん	もやし たけのこ ★きゅうり しいだけ きくらげ なめこ ねぎ みしょうかん	★米 三温糖 じゃがいも かたくり粉	大豆油 ごま油 ごま油	865 kcal 24.6 g 31.5 g 2.3 g
30	火	山菜 ごはん	あんかけ卵焼き もやしとツナの和えもの 豚汁	鶏肉 油揚げ 卵 ツナ 豆腐 ★みそ	豚肉 牛乳	にんじん ★ほうれんそう	わらび みずな やまうと えのきだけ なめこ たけのこ もやし ごぼう はくさい ねぎ だいこん	★米 三温糖 かたくり粉 じゃがいも	米油 ごま油	773 kcal 29.1 g 25.1 g 3.5 g



毎日牛乳がつかます。



魚の小骨に注意して食べましょう。

*献立は材料の都合により変更する場合があります。

★のついている食材は、大崎地域産を予定しています。



～今月の宮城県 及び 大崎市の食材の主な産地～

米・麦・牛乳・パン・みそ・しょうゆ・豆腐・油あげ・豚肉・鶏肉・たまご・わかめ・米粉めん・米粉わんたん・えのきだけ・なめこ・ほうれん草・チンゲンサイ・きゅうり・にら・ねぎ・レタス・パプリカ・つぼみな・こまつな



★給食費について

(令和6年度減免後保護者負担額)

小学校 261円
中学校 323円



給食費は食材料費として、子どもたちに安全でおいしい給食を提供するための大切な費用です。
引き落とし期日を確認の上、残高のご確認をお願いします。

給食費口座振替日のお知らせ

1期 5月31日(金)

★献立表・給食だよりについて

- ・献立表及び給食だよりは毎月配布します。家庭内で目の付きやすいところに貼って、ぜひお子様との話題にしてください。また大崎市役所のウェブサイトでもご覧になれます。
 - ・毎月1回は和食の日、かみかみメニューの日、また年4回は大崎市地産産給食を予定しています。
 - ・大崎市は給食用食材の放射能検査を定期的に行っています。結果については、大崎市役所のウェブサイトに掲載しています。どうぞご覧ください。
- 注) 天候不順や食材の生育状況等の都合により、献立表に表示していない食材を使用する場合や、献立が変更になることもありますのでご了承ください。

