



4月 献立表（中学校）

（令和4年度）



吉岡町学校給食センター

日 曜	献立名 都合により献立、食材を変更する場合があります。		血や肉になる食品(赤)		体の調子を整える食品(緑)		熱や力になる食品(黄)		栄養価	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	熱量	たんぱく質
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン	炭水化物	脂肪	脂肪	塩分
8 金	入学・進級祝い ごはん	牛乳	ポークカレー 海藻サラダ 福神漬け	ぶたにく ぎゅうにゅう かいそう	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ きゅうり キャベツ りんご ぶくじんづけ	こめ じゃがいも	あぶら ドレッシング	803	22.6
11 月	ごはん	牛乳	海鮮しゅうまい(3個) 春雨サラダ 麻婆豆腐	かいせん ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	こめ さとう しゅうまいのかわ はるさめ でんぶん	あぶら ごまあぶら ごま	858	32.0
12 火	背割りコッペパン	牛乳	ロングウインナー(ケチャップ) 焼きそば うずらたまごとわかめのスープ	ウインナー ぶたにく うずらたまご なると	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ピーマン チンゲンサイ	キャベツ もやし たまねぎ	パン やきそばめん	823	34.8
13 水	こめっこぱん	牛乳	チキンマスタードソース カラフルサラダ コーンポタージュ	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん パプリカ パセリ	キャベツ きゅうり とうもろこし たまねぎ	パン じゃがいも ドレッシング あぶら	823	28.2
14 木	きつねうどん (★パックめん)	牛乳	ちくわのつぶら(2個) ごまあえ	ぶたにく あぶらあげ ちくわ	ぎゅうにゅう	にんじん	ねぎ しいたけ もやし キャベツ	うどん さとう てんぷらこ	867	37.2
15 金	入学・進級祝い 赤飯・ごま塩	牛乳	さばのみそ煮 きんぴら 紅白はんぺんのすまし汁 ★お祝いデザート	さば とうふ はんぺん あずき	ぎゅうにゅう	にんじん みずな	ごぼう こんにゃく だいこん しいたけ いちご	もちごめ さとう デザート	842	30.9
18 月	ごはん	牛乳	ソースメンチ(2個) 浅漬け さっぱりけんちん	ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ きゅうり だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	こめ パンこ さとう じゃがいも	827	25.4
19 火	ミルクパン	牛乳	オムレツ マカロニのミートソース ポトフ	たまご ぶたにく ウインナー	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ピーマン トマト	たまねぎ しめじ だいこん キャベツ	パン マカロニ じゃがいも	764	31.9
20 水	千葉県の郷土料理 ごはん	牛乳	あじのさんが焼き 菜の花のおひたし 春野菜のみそ汁	あじ とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	なのはな にんじん さやえんどう	ねぎ もやし きゅうり たまねぎ	こめ さとう じゃがいも	762	28.4
21 木	ロールパン	ジョア	ハンバーグデミグラスソース じゃがバターコン ミネストローネ	ぶたにく とりにく ベーコン	ヨーグルト	パセリ トマト	たまねぎ セロリ だいこん キャベツ とうもろこし	パン さとう じゃがいも マカロニ	806	31.7
22 金	ごはん	牛乳	焼き肉 チレギサラダ みそワッタン	ぶたにく なると	ぎゅうにゅう	にら にんじん チンゲンサイ	にんにく たまねぎ きゅうり キャベツ もやし ねぎ しょうが	こめ さとう ワンタンのかわ あぶら ごま ごまあぶら ドレッシング	767	32.7
25 月	チキンピラフ	牛乳	ベーコンとしめじのドリアソース 春キャベツのサラダ	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	しめじ たまねぎ とうもろこし キャベツ きゅうり	こめ あぶら ドレッシング	807	22.0
26 火	五目あなかけ ラーメン (★バックラーメン)	牛乳	ぎょうざ(3個) 中華あえ	ぶたにく なると	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん にら	はくさい しょうが もやし きゅうり	ラーメン ぎょうざのかわ でんぶん	848	32.0
27 水	コッペパン チョコクリーム	牛乳	かぼちゃとひき肉のフライ パプリカのマリネ 洋風たまごスープ	ぶたにく たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	かぼちゃ にんじん パプリカ パセリ	キャベツ たまねぎ じゃがいも さとう チョコクリーム	パン パンこ じゃがいも さとう チョコクリーム	811	24.3
28 木	麦ごはん	牛乳	チキンカレー こんにゃくサラダ ★いちごヨーグルト	とりにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ きゅうり こんにゃく りんご いちご	こめ おしむぎ じゃがいも あぶら ドレッシング	861	24.2

★:業者配送品です

☆栄養価の基準量 ☆エネルギー830Kcal

《今月の給食テーマ》

給食を楽しもう

(今月の行事食)15日(金):入学・進級祝い

～入学・進級おめでとございます～



新しい教室で、新しい先生や友達との学校生活が始まります。

好ききらいをしないで、何でも食べて、元気な体を作りましょう。

給食は、学校生活の「元気のもと」です。

毎日しっかり食べて、がんばっていきましょう！



●給食費の引き落とし●

4月分の給食費の引き落としは5月2日(月)です。残高をご確認ください。