

4月の予定献立表 (小・中学校)			使用する材料			栄養価		
令和6年度 大郷町学校給食センター			血や肉になる 赤色の食品	体の調子整える 緑色の食品	熱や力になる 黄色の食品	給食が 休みの 学校・学年 連絡等	エネルギー kcal	
日	曜	主食					献立名	たんぱく質 g
							小学校	中学校
10	水	米粉パン	チキンみそカツ マカロニサラダ ベジタブルスープ	牛乳 鶏肉 みそ ベーコン ハム	キャベツ たまねぎ にんじん セロリ きゅうり とうもろこし	パン こむぎこ パンこ 大豆油 じゃがいも マカロニ マヨネーズ	小学校1年	623 797 31.9 34.4 32.6 39.7
11	木	麦ごはん	ハヤシライス フルーツ杏仁豆腐 アーモンド小魚 (中のみ)	牛乳 豚肉 スキムミルク 生クリーム いわし	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース にんにく もも パインアップル みかん パナナ	ごはん 大麦 バター じゃがいも アーモンド 杏仁豆腐		681 894 21.8 27.5 19.6 25.5
12	金	わかめごはん	桜シュウマイ (小2個、中3個) れんこんのきんぴら すまし汁	牛乳 わかめ たら なると 豆腐 豚肉 えび	だいこん ねぎ こまつな ほししいたけ れんこん ごぼう にんじん さやいんげん たまねぎ	ごはん こむぎこ 春雨 こんにゃく さとう ごめ油 ごま油 ごま		588 777 22.1 27.4 18.0 22.3
15	月	ごはん	豚丼の具 野菜のごま酢和え じゃがいものみそ汁	牛乳 豚肉 油揚げ みそ にぼし	たまねぎ ごぼう さやいんげん こまつな だいこん ねぎ キャベツ もやし にんじん	ごはん こんにゃく さとう ごめ油 ごま じゃがいも	中学校	582 27.5 17.3
16	火	ごはん	さわらのみそ焼き 切干し大根の煮物 かきたま汁 牛乳プリン (中のみ)	牛乳 さわら みそ 鶏肉 豆腐 卵 油揚げ	にんじん えのきだけ ほししいたけ ねぎ だいこん まめもやし	ごはん でんぶん こんにゃく さとう ごめ油 牛乳プリン		606 796 32.3 39.5 21.2 25.1
17	水	米粉コッパン	チーズはんぺんフライ ブロッコリーのサラダ 焼きそば	牛乳 チーズ はんぺん 豚肉	キャベツ たまねぎ にんじん もやし ビーマン しょうが ブロッコリー きゅうり とうもろこし	パン こむぎこ パンこ 大豆油 焼きそば麺 ごめ油 ドレッシング	中学校	643 29.1 24.2
18	木	ごはん	鶏肉のバンバンジーソース 厚揚げのみそ炒め エビボールスープ	牛乳 鶏肉 みそ えび 豚肉 厚揚げ	ねぎ しょうが はくさい だけのこ ほししいたけ キャベツ にんじん しめじ にんにく	ごはん でんぶん さとう ごま油 ごま 春雨 大豆油 ごめ油	中学校	628 32.2 20.1
19	金	ごはん	揚げギョウザ (2個) 中華飯の具 春雨サラダ	牛乳 豚肉 えび いか あさり うすらの卵 鶏肉 ひじき	にんじん もやし はくさい チンゲンサイ だけのこ しょうが ほししいたけ キャベツ きゅうり たまねぎ には	ごはん こむぎこ さとう ごめ油 ごま油 でんぶん 春雨 ごま 大豆油	中学校	656 25.1 23.1
22	月	ごはん	さばの塩こうじ焼き ごぼうのピリ辛炒め みそワンタンスープ	牛乳 さば 豚肉 みそ にぼし	キャベツ にんじん もやし には ねぎ にんにく しょうが ごぼう えだまめ	ごはん ごめ油 ワンタン こんにゃく ごま油	小学校	805 31.3 29.4
23	火	ごはん	三色そばろ 大麦サラダ 豆腐のスープ 角チーズ	牛乳 豚肉 鶏肉 卵 豆腐 ハム チーズ こんぶ 大豆	たまねぎ えだまめ しょうが にんじん チンゲンサイ ねぎ だけのこ とうもろこし キャベツ きゅうり	ごはん さとう ごめ油 ごま油 大麦 ごば		642 830 26.3 37.6 25.3 29.3
24	水	米粉コッパン	ロングウインナー キャベツとツナのサラダ コーンポタージュ	牛乳 ウインナー ベーコン スキムミルク 生クリーム いんげん豆 まぐろ	たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ キャベツ きゅうり	パン さとう じゃがいも バター ドレッシング	中学校	661 801 31.4 34.0 25.6 35.6
25	木	ごはん	カツオカツ じゃがいもと油ふの煮物 はっと汁	牛乳 かつお 鶏肉 油揚げ	にんじん だいこん はくさい ごぼう ねぎ たまねぎ さやいんげん	ごはん こむぎこ パンこ 大豆油 じゃがいも 油ふ さとう ごめ油		639 832 22.8 28.3 17.3 21.4
26	金	ごはん	ハンバーグ 和風サラダ もやしのみそ汁 ヨーグルト	牛乳 鶏肉 豚肉 みそ 油揚げ ちくわ わかめ ヨーグルト にぼし	たまねぎ トマト にんにく もやし ねぎ こまつな きゅうり キャベツ	ごはん オリーブ油 じゃがいも ごま ドレッシング		647 819 22.9 26.9 22.8 27.4
30	火	ごはん	春巻き もやしの中華和え マーボー豆腐	牛乳 豆腐 豚肉 みそ	にんじん ほししいたけ だけのこ ねぎ には しょうが にんにく ほうれんそう もやし たまねぎ キャベツ	ごはん こむぎこ 大豆油 でんぶん ごめ油 ごま油 さとう ごま		621 801 24.5 29.7 24.1 29.5

*今月の平均栄養量：エネルギー たんぱく質 脂質 塩分
 小学校：633Kcal 27.0g 22.8g 2.3g
 中学校：815Kcal 31.7g 28.5g 3.2g

● 給食には、たくさんの学びが詰まっています ●●●●



- *太字の食材は大郷町産、二重下線の食材は黒川郡内(大郷町以外)産です。
- *学校行事、物資の都合により献立が変更になる場合があります。
- *各学校の給食の有無は、学校だより等でもご確認ください。
- *「はし」は給食がある日は忘れずに持ってきてください。
- *給食がある日は牛乳がつかます。

4月給食だより



ご入学・ご進級おめでとうございます
 今年度も安心・安全でおいしい給食を提供できるよう給食センター一丸となって取り組んで参ります。よろしくお祈りします。

栄養バランス

ふるさとの食文化

よりよい人間関係の形成

食品の種類
や特徴

感謝の心

食事の喜び
・楽しさ

食料の生産
・流通・消費

世界の食文化

食に関する知識
・理解・関心

日本の伝統行事と行事食

