



4月 4月予定こんだて表

2024年 4月 芝山町学校給食センター

日付 (曜日)	主食	飲み物	主菜、副菜、汁物、デザート	主な材料と体内でののはたらき						栄養価		お知らせ
				体を作るもとになる		体の調子をととのえる		エネルギーのもとになる		エネルギー たんぱく質	脂質 食塩	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群			
9日 (火)	うどん		カレーうどん 天ぷら(ちくわ天、さつまいも天) 小松菜ともやしのごま和え さくらゼリー	ぶたにく なたく あぶらあげ ちくわ	ぎゅうにゅう にぼし あおのり ちくわ	にんじん チンゲンサイ こまつな	たまねぎ ながねぎ もやし	うどん、さとう こむぎこ さつまいも ゼリー	バター あぶら ごま	882 13.4	25.5 3.6	◎中学校入学式 中学校1年生中止 小学校1年生4/15まで中止
10日 (水)	ごはん		鶏肉のコーンフレーク焼き かき玉汁 スタミナ納豆 お祝いクレープ	どりにく なとう かまぼこ かつおぶし	ぎゅうにゅう にんじん えのき チンゲンサイ オクラ ほうれんそう	たまねぎ しいたけ ながねぎ	こめ、ふ ごま マヨネーズ クレープ	あぶら ごま マヨネーズ	887 15.6	32.2 2.4	◎小学校入学式 中学校1年生給食開始	
11日 (木)	鶏五目 ごはん		さばの竜田揚げ キャベツと肉団子のみそ汁 いちごのポンチ	どりにく あぶらあげ さば、みそ とうふ	ぎゅうにゅう にんじん ごぼう しいたけ しょうが、キャベツ、もも いちご、みかん、パイナップル	たまねぎ ながねぎ	こめ、ふ でんぶん さとう ゼリー	あぶら ごま	789 15.6	28.3 2.9	1年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。中学校の給食がスタートします。	
12日 (金)	ごはん		鶏肉と大豆の揚げ煮 水ぎょうざのスープ チョレギサラダ	だいたく どりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう にんじん ねぎ、しょうが チンゲンサイ はくさい とうもろこし キャベツ、きゅうり、にんにく	たまねぎ ながねぎ	こめ、さとう でんぶん ごま こむぎこ	あぶら ごま	827 14.5	27.4 2.6		
15日 (月)	麦 ごはん		ポテのチーズ焼き 麻婆豆腐 中華クラゲのサラダ	ツナ とうふ ぶたにく みそ、ちゅうかクラゲ	ぎゅうにゅう にんじん たまねぎ チーズ にんにく、ねぎ しょうが、もやし たけのこ、しいたけ、きゅうり	たまねぎ ながねぎ	こめ、むぎ じゃがいも マヨネーズ ごま	あぶら マヨネーズ	/			中学校全校中止
16日 (火)	チョコチップ パン		チーズインハンバーグ 玉子スープ ブロッコリーとツナのサラダ	ぶたにく どりにく ベーコン たまご、ツナ	ぎゅうにゅう にんじん たまねぎ チーズ グリーンアスパ ブロッコリー キャベツ とうもろこし	たまねぎ ながねぎ	こめ、むぎ じゃがいも でんぶん さとう	あぶら あぶら	874 15.6	39.1 4.7		小学校1年生給食開始
17日 (水)	わかめ ごはん		鶏のから揚げ 紅白はんぺん汁 ほうれん草とコーンのソテー 紅白ゼリー	どりにく はんぺん かまぼこ とうふ、ベーコン	ぎゅうにゅう にんじん わかめ ほうれん草 えのき とうもろこし	たまねぎ ながねぎ	こめ、ごま こめ あぶら でんぶん バター ゼリー	あぶら	797 14.3	27.8 3.1	☆鶏のから揚げ:2つ	
18日 (木)	ごはん		白身魚のピザソース焼き カリカリポテのサラダ 小松菜と油揚げのみそ汁 マスカットゼリー	ホキ、みそ とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう にんじん たまねぎ チーズ にんにく たまねぎ えのき、ねぎ キャベツ、きゅうり、とうもろこし	たまねぎ ながねぎ	こめ、むぎ じゃがいも さとう じゃがいも ゼリー	あぶら	794 16.2	24.4 2.4		
19日 (金)	麦 ごはん		ポークカレー ミモザサラダ 手作りアップルパイ チーズ	ぶたにく いんげんまめ たまご	ぎゅうにゅう にんじん スキムミルク チーズ	たまねぎ ながねぎ	こめ、むぎ じゃがいも キャベツ、レモン さとう、ジャム	あぶら	870 12.0	27.9 2.8	☆チーズ:2つ 給食のポークカレーはスキムミルクを使った甘口です。	
22日 (月)	ごはん (ふりかけ)		ミックスフライ(エビフライ、星コロッケ) 春野菜の豚汁 スパゲッティナポリタン	えび ぶたにく とうふ ハム、みそ	ぎゅうにゅう にんじん たまねぎ チーズ たまねぎ たまねぎ	たまねぎ ながねぎ	こめ、あぶら じゃがいも バター パン スパゲッティ	あぶら	832 14.0	24.9 3.2	春野菜の豚汁は、旬の新じゃが、竹の子、ごぼう、アスパラガスが入っています。	
23日 (火)	中華麺		野菜たっぷりみそラーメンスープ 揚げぎょうざ 中華きゅうり いちご牛乳寒天	ぶたにく なたく みそ	ぎゅうにゅう にんじん かんてん ハム、みそ	たまねぎ ながねぎ	ちゅうかめん ごま さとう	あぶら ごま	823 14.2	27.4 3.7	☆揚げぎょうざ:2つ	
24日 (水)	ごはん		鮭のみそマヨネーズ焼き 肉じゃが キャベツときゅうりの浅漬け ひと口ぶどうゼリー	さけ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう にんじん おこんぶ きゅうり	たまねぎ ながねぎ	こめ、マヨネーズ じゃがいも さとう ごま ゼリー	あぶら	875 13.5	34.4 3.2		
25日 (木)	麦 ごはん		3色そぼろ 大学いも キャベツとベーコンのみそ汁	ぶたにく どりにく たまご、みそ ベーコン	ぎゅうにゅう にんじん しょうが こまつな キャベツ ねぎ	たまねぎ ながねぎ	こめ、むぎ さとう ごま じゃがいも さつまいも、みずあめ	あぶら	857 14.3	24.8 2.3	3色そぼろは、茶色の肉そぼろ、黄色の卵そぼろに、緑の枝豆を混ぜています。	
26日 (金)	竹の子 ごはん		とり天 わかめのみそ汁 玉ねぎドレッシングのサラダ	どりにく あぶらあげ とうふ みそ	ぎゅうにゅう にんじん わかめ たまねぎ きゅうり、キャベツ、たまねぎ	たまねぎ ながねぎ	こめ、あぶら さとう ごま じゃがいも	あぶら	802 16.5	28.2 3.1	芝山町の筍を使います。他にもわかめや新玉ねぎなど、旬の食材をたくさん取り入れています。	
30日 (火)	きな粉 揚げパン		タンドリーチキン オニオンスープ(クルトン) キャベツとコーンのサラダ	きなこ どりにく ベーコン ツナ	ぎゅうにゅう にんじん ヨーグルト パセリ	たまねぎ ながねぎ	さとう クルトン	あぶら	823 16.1	38.8 3.3	みんな大好きな粉揚げパン。在校生からリクエストが多い大人気の献立です。	

*都合により、献立内容が変更になる場合があります。ご了承下さい。

*主な材料には、全ての食材は記載されておりません。詳細をお知りになりたい方はお問い合わせ下さい。

平均		基準	
838	29.4	830	20~30
14.7	3.1	kcal	%
		13~20	2.5
		%	以下

*エネルギー比%

令和6年度の給食がスタートします！

9日から、今年度の給食が始まります。
芝山町では、町の給食センターで芝山小学校と芝山中学校等、合わせて約480食の給食を作り、各学校へ配送しています。芝山町の給食は、手作りで安心でおいしいをモットーに13人の調理員さんが作っています。

学校給食について

こんなことに気を付けていま

食材	献立	栄養
地域でとれる旬の食材を中心とし、地場産物を活用しています。	行事食や郷土料理など、バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。	文部科学省が定める基準に基づき、子ども達が1日に必要な栄養の3分の1程度がとれるよう、専門の栄養士が計算して献立を立てています。

栄養
カルシウムや鉄など不足しやすい栄養素は、給食でたくさんとれるようになっています。

芝山町の学校給食 ホームページはこちらから→

芝山町学校給食センターでは、子ども達が食べている給食の写真を町のホームページでお知らせしています。給食の写真以外にも、おすすめの給食レシピなども紹介しています。
「学校ではどんな給食を食べているんだろう?」「食べている量が知りたい」など、子どもたちの給食の様子をのぞいてみませんか。

食の記念日カレンダー

今月の食にまつわる記念日をお知らせします。

- 4月3日「いんげん豆の日」
日本にいんげん豆を伝えた隠元禅師の命日
- 4月19日「食育の日」
4と19(食育)のごろ合わせより。毎日の給食は、学校で一番身近な食育の教材です。