

平成31年度 4月給食予定献立表

岩国学校給食センター

日	曜	献立名	使用食品名						その他	1人1日 たんぱく質 脂 肪
			血・肉・骨になる		体の調子を整える		熱や力になる			
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
8 通津・岩国・ 岩国西・灘・ 麻里布・平田・ 川下1年・東1年なし	月	ピラフ 野菜スープ みかんフルーツポンチ 牛乳	ベーコン ベーコン 鶏肉(フランクフルト)		グリーンピース 人参 小松菜 人参	玉ねぎ とうもろこし 玉ねぎ みかん みかん果汁(みかんゼリー)	精白米 強化米 じゃがいも 砂糖・でんぷん(フランクフルト) もち米・でんぷん(白玉もち) 砂糖(みかんゼリー)	バター 米油 植物油(フランクフルト)		875Kcal 22.0 g 22.9 g
9 麻里布なし	火	ごはん チキンカレー 小松菜と鶏のごまサラダ 牛乳	鶏肉 鶏肉	粉チーズ ミルク(ルー)	人参 人参・人参(カボチャ・モロヘイヤ・かぼちゃ(ルー)) 人参	玉ねぎ にんにく 玉ねぎ・白菜・キャベツ(ルー) 小松菜 もやし	精白米 強化米 じゃがいも 小麦粉・山芋・ジャガイモ・野菜(砂糖・デンプン(ルー))	米油 食用油(ルー) 白ごま ごま油		792Kcal 26.1 g 23.2 g
10	水	県産黒糖パン アンサンブルエッグ 白菜とベーコンのスープ お祝いいちごゼリー 牛乳	卵 ベーコン ベーコン 豆乳	脱脂粉乳 チーズ 牛乳	入学・進級お祝い給食		コッペパン 黒糖 じゃがいも 砂糖 でんぷん 緑豆春雨 砂糖	植物油		820Kcal 24.1 g 25.4 g
11	木	ちらしずし 若鶏唐揚げ 豆腐汁 牛乳	卵 鶏肉 豆腐 イトヨリ(魚ソーメン)		人参 人参 葉ねぎ ほうれんそう	たけのこれんこん かんぴょう 干しいたけ しょうが 玉ねぎ	精白米 強化米 砂糖 でんぷん でんぷん・砂糖・水あめ(魚ソーメン)	米油	さば・いわし (だし削り節)	737Kcal 31.4 g 23.3 g
12	金	ごはん のり佃煮 さばのみそ煮 即席漬け すいとん入りみそ汁 牛乳	煮干し かつお さば 味噌 油揚げ 麦みそ	のり ひじき 茎わかめ 牛乳	人参 葉ねぎ	きゅうり キャベツ 大根 白菜	精白米 強化米 水あめ 砂糖 砂糖 でんぷん 砂糖(茎わかめ) 小麦粉・でんぷん(すいとん)	ごま(茎わかめ)	片口いわし (だし煮干し)	801Kcal 29.9 g 20.4 g
15	月	県産パン いちごジャム 鶏とマカロニの クリーム煮 ゴマネーズサラダ 牛乳	鶏肉 ロースハム まぐろ水煮	脱脂粉乳 牛乳 ミルク(ルー)	人参 パセリ	いちご 玉ねぎ 白菜・キャベツ・玉ねぎ(ルー) きゅうり キャベツ レモン果汁(ママネーズ)	コッペパン 水あめ 砂糖 マカロニ 小麦粉 でんぷん 砂糖(ルー)	米油 油(ルー) 白ごま 卵抜ママネーズ		854Kcal 32.8 g 31.7 g
16	火	ごはん じゃがいものそぼろ煮 ごま酢和え 牛乳	鶏ミンチ 生揚げ		人参 さやいんげん 人参	しょうが 玉ねぎ きゅうり もやし	精白米 強化米 じゃがいも 片栗粉 つきこんにゃく 三温糖 三温糖	米油 白ごま		771Kcal 27.0 g 20.6 g
17	水	県産パン フランクフルト ポイルキャベツ 卵とコーンのスープ 牛乳	鶏肉 卵 ベーコン	脱脂粉乳 牛乳		キャベツ 白菜 とうもろこし	コッペパン でんぷん 砂糖 緑豆春雨	植物油		761Kcal 29.8 g 30.9 g
18	木	ごはん 厚揚げの中華煮 バンバンジーサラダ 牛乳	生揚げ 鶏肉 赤味噌 鶏肉		中国の料理		精白米 強化米 三温糖 三温糖	ごま油 白ごま		775Kcal 31.6 g 23.9 g
19	金	わかめごはん めばるの竜田揚げ 菜の花和え さつま汁 牛乳	めばる 鶏肉 豆腐 麦みそ	わかめ 牛乳	食育の日「季節を感じる献立」		精白米 強化米 砂糖 でんぷん 上白糖 三温糖 さつまいも	米油 白ごま	片口いわし (だし煮干し)	867Kcal 36.4 g 25.2 g
22	月	ごはん 焼き肉炒め トックスープ オレンジ 牛乳	牛肉 赤味噌 ベーコン		韓国の料理		精白米 強化米 三温糖 白玉粉・でんぷん(トック)	米油 白ごま		775Kcal 24.9 g 20.0 g
23 川下1年なし	火	たけのこごはん さわらの西京焼き かきたま汁 牛乳	鶏肉 油揚げ さわら 米みそ 卵 豆腐		人参 葉ねぎ	たけのこ 玉ねぎ 白菜	精白米 強化米 三温糖 片栗粉	米油	さば・いわし (だし削り節)	709Kcal 37.5 g 21.4 g
24 川下1年なし	水	リッチパン 肉団子のケチャップ煮 ごぼうサラダ 牛乳	卵 鶏肉 鶏肉・豚肉・牛肉(肉団子) まぐろ水煮	脱脂粉乳 牛乳	人参 ピーマン 人参	玉ねぎ マッシュルーム 玉ねぎ(肉団子) ごぼう きゅうり レモン果汁(ママネーズ)	コッペパン じゃがいも 三温糖 マカロニ パン粉・でんぷん・砂糖(肉団子) 三温糖	米油 卵抜ママネーズ 白ごま		872Kcal 31.8 g 31.5 g
25 川下1年なし	木	ごはん わかめふりかけ ちくわの磯辺揚げ きつねうどん 牛乳	かつお節 たら ぐち 油揚げ	わかめのり アオサ 牛乳	人参 葉ねぎ	白菜 玉ねぎ	精白米 強化米 砂糖 でんぷん 小麦粉 でんぷん 砂糖 うどん 三温糖	米油	さば・いわし (だし削り節)	736Kcal 26.8 g 18.5 g

学校給食の目標

①健康の保持増進

②望ましい食習慣

③社交性

④生命・自然の尊重

⑤勤労を重んずる態度

⑥食文化

⑦食糧の生産、流通、消費

