

令和6年4月分学校給食基準献立予定表(詳細版)

※ 分量(g)は中学年の1人分です。
 ※ 学校行事等により献立を変更したり、お休みしたりすることがありますのでご了承ください。

	A	B	C	D	E																					
	12(金)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	15(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	22(月)	30(火)														
	12(金)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	30(火)														
	12(金)	19(金)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	26(金)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	30(火)														
	12(金)	18(木)	19(金)	15(月)	16(火)	17(水)	25(木)	26(金)	22(月)	23(火)	24(水)	30(火)														
	12(金)	17(水)	18(木)	19(金)	15(月)	16(火)	24(水)	25(木)	26(金)	22(月)	23(火)	30(火)														
献立名	カレーライス	ツナそぼろごはん	チーズパン	たきこみごはん	黒パン	ミートソーススパゲッティ	こぎつねずし	ごはん	コッペパン	麦ごはん	ソース焼きそば	麦ごはん														
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳														
	わかめサラダ	みそ汁	揚げじゃがいものそぼろ煮	とり肉のから揚げ	ホワイトシチュー	もやしのサラダ	肉団子	あじのかば焼き	マカロニグラタン	豚肉のみそ炒め	揚げ大豆	とり肉と凍り豆腐の揚げ煮														
			ナムル	みそドレッシングサラダ	野菜サラダ	おひたし	呉汁	菜の花サラダ	ごまあえ	ミックスフルーツ	中華あえ															
								ひじきの佃煮																		
材料名	米	70	米(委託炊飯)	70	チーズパンB	50	米	62	黒パン	50	スパゲッティ	60	米	65	米(委託炊飯)	70	コッペパン	50	米	70	蒸し麺	45	米	70		
	麦	10	ツナ	47	麦	8	麦	8	麦	8	塩	1.2	麦	5	麦	10	麦	10	麦	10	豚肉	25	麦	10		
	油	0.3	凍り豆腐	6	牛乳	206	酒	0.8	牛乳	206	サラダ油	3	酒	0.8	牛乳	206	牛乳	206	油	0.3	人参	13	油	0.3		
	酒	1	人参	15	水		豚ひき肉	40	水		豚ひき肉	40	水		酒	1	酒	1	酒	1	玉ねぎ	20	酒	1		
	水		しょうが	0.7	じゃがいも	140	豚肉	18	豚肉	20	大豆ミート	6	さとう	1.8	あじ	35	鶏肉	27	水		水		もやし	30	水	
	豚肉	48	しょうゆ	3.9	油	35	人参	12	人参	15	人参	15	塩	0.7	小麦粉	5	マカロニ	22	マカロニ	22	キャベツ	45	キャベツ	45		
	人参	15	さとう	2.6	豚ひき肉	30	干し椎茸	0.6	じゃがいも	50	玉ねぎ	50	酢	6	油	35	塩	0.4	牛乳	206	牛乳	206	油	2	牛乳	206
	じゃがいも	40	酒	1.5	さとう	4.5	冷凍油揚げ	6	玉ねぎ	50	油	1	人参	7	さとう	4	人参	12	塩	0.6	塩	0.6	塩	0.6		
	玉ねぎ	50	みりん	0.8	しょうゆ	4.5	さとう	0.7	油	0.7	グリーンピース	4	冷凍油揚げ	16	しょうゆ	3	玉ねぎ	40	豚肉	60	こしょう	0.04	鶏肉	40		
	にんにく	0.1	酒	0.5	みりん	0.7	油	1.5	油	1.5	トマトケチャップ	14	さとう	3	水		玉ねぎ	40	ウスターソース	3.5	ウスターソース	3.5	しょうゆ	0.7		
	しょうが	0.2	牛乳	206	片栗粉	1	しょうゆ	5	バター	1.5	トマトピューレ	14	しょうゆ	3.5	油	2	しょうが	0.5	中濃ソース	3.5	しょうが	0.5	しょうが	0.5		
	油	1	水		塩	0.2	小麦粉	4	中濃ソース	8	かつお節	1	かつお節	1	大豆(ボイル)	25	バター	2	にんにく	0.1	にんにく	0.1	片栗粉	7		
	油	6	人参	5	水		濃縮スープ(ホーク)	5	さとう	1	水	20	水	20	鶏肉	15	小麦粉	4	油	1	牛乳	206	片栗粉	7		
	小麦粉	6	玉ねぎ	20	もやし	40	塩	0.8	塩	0.8	塩	0.4	白ごま	2.7	人参	15	調理用牛乳	30	トック	15	トック	15	凍り豆腐	5		
	カレー粉	1	じゃがいも	15	人参	10	牛乳	206	こしょう	0.04	こしょう	0.03	こしょう	0.01	大根	30	脱脂粉乳	5	酒	1.2	大豆(ボイル)	40	片栗粉	6		
	濃縮スープ(ホーク)	2	もやし	15	小松菜	20	脱脂粉乳	12	ナツメグ	0.01	ナツメグ	0.01	牛乳	206	長ねぎ	5	濃縮スープ(チキン)	2	さとう	3	片栗粉	4	油	35		
	塩	0.75	小松菜	18	しょうゆ	2.5	鶏肉	60	ローリエ	0.01	ローリエ	0.02	ローリエ	0.02	小松菜	20	塩	0.75	赤みそ	4.2	油	35	長ねぎ	5		
	トマトケチャップ	2	かつお節	1.5	ごま油	0.5	塩	0.45	水	110	水	60	肉団子	60	かつお節	1.5	こしょう	0.04	しょうゆ	1.8	塩	0.16	油	0.1		
	ウスターソース	2.5	白みそ	10	白ごま	1.6	こしょう	0.03	こしょう	0.03	米粉	6	油	35	赤みそ	4.5	水	40	豆板醤	0.12	しょうゆ	1.8	塩	0.16		
	しょうゆ	1.6	水	140			白ワイン	0.5	キャベツ	40	水		さとう	1.1	白みそ	4.5	とろけるチーズ	10	片栗粉	0.4	パイン缶	10	さとう	2.3		
	ローリエ	0.01					片栗粉	8	人参	5	水		しょうゆ	2.2	水	120	パン粉	1	水	1.2	りんご缶	20	みりん	1		
	水	80					油	35	小松菜	15	牛乳	206	みりん	1.1							みかんダイスゼリー(糖)	25	水	3.5		
							塩	0.3	塩	0.3	片栗粉	0.2	片栗粉	0.2	ひじきつくだ煮	5	小松菜	20	キャベツ	45	キャベツ	45	かんづめの汁	30	白ごま	1.6
	牛乳	206					キャベツ	45	酢	1.5	もやし	41	水	5	水	5	キャベツ	25	人参	5	人参	5				
							人參	7	きゅうり	7	きゅうり	7					ホールコーン	10	ほうれん草	15	ほうれん草	15			キャベツ	45
	わかめ	1					もやし	10	サラダ油	3	ホールコーン	7	キャベツ	48	キャベツ	48	しょうゆ	1	白ごま	2.8	白ごま	2.8			人参	5
	キャベツ	45					白みそ	3.1			しょうゆ	2.4	人参	3	人参	3	塩	0.1	さとう	2.2	さとう	2.2			小松菜	15
	人参	5					さとう	1.7			さとう	1.6	小松菜	15	小松菜	15	酢	0.6	しょうゆ	2.8	しょうゆ	2.8			しょうゆ	2.5
	しょうゆ	3					サラダ油	1			さとう	0.2	しょうゆ	2.8	しょうゆ	2.8	ごま油	0.6							酢	3
	サラダ油	2					酢	1.7			白ごま	1.6													さとう	1.5
							ごま油	0.3																	ごま油	1
							白ごま	1.6																		
エネルギー	671kcal	590kcal	594kcal	642kcal	575kcal	560kcal	655kcal	576kcal	611kcal	646kcal	564kcal	638kcal														
たんぱく質	21.8g	22.5g	23.9g	27.0g	22.5g	25.1g	25.0g	24.9g	26.7g	24.4g	22.4g	21.9g														