



4月 献立表(予定)

(中学校)

献立表、給食だよりは、町のホームページに掲載しています。
トップ画面の各課の案内 ⇒ 学校教育課
学校教育係 ⇒ 給食センターの順にクリック!

2022年

給食回数15回

甘楽町学校給食センター TEL・FAX 74-5072

日	曜	献立名			1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	家で食べてほしい食品
		主食	飲物	おかず	たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン	炭水化物	脂質		
				おもに体をつくるものになる食品			おもに体の調子を整えるものになる食品		おもにエネルギーのものになる食品			
8	金	麦ご飯	牛乳	ポークカレー 海藻サラダ お祝クレープ	豚肉 豆乳	牛乳 海藻	にんじん	たまねぎ りんご しょうが にんにく キャベツ きゅうり	米 麦 じゃがいも 小麦粉	油	805 26.0	大豆製品
11	月	コッペパン いちごジャム	牛乳	花型豆腐バーグのあんかけ ミネストローネスープ コールスローサラダ	鶏肉 おから 豆腐 ベーコン	牛乳	にんじん パセリ トマト	たまねぎ キャベツ にんにく コーン きゅうり	パン 砂糖 片栗粉 マカロニ ジャム じゃがいも	油 ノンエッグマヨ ネーズ	772 28.8	小魚
12	火	ご飯	牛乳	鶏肉のアップルソース 五目きんぴら 春キャベツの味噌汁	鶏肉 豚肉 薩摩揚げ 油揚げ	牛乳	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ りんご ごぼう にんにく キャベツ	米 砂糖	油 胡麻	771 30.9	海藻類
13	水	赤飯 ごま塩	牛乳	鯖の西京揚げ かき菜の磯香和え こしね汁	鯖 油揚げ 豆腐 豚肉	牛乳 海苔	かき菜 にんじん	キャベツ もやし こんにやく ししいたけ ねぎ ごぼう	もち米 じゃがいも 片栗粉	油 胡麻油 胡麻	732 32.6	きのこ類
14	木	背割コッペパン	牛乳	チキンナゲット 焼きそば スーミータン 清見オレンジ	鶏肉 豚肉 いか 卵	牛乳	ピーマン にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ もやし ほしいたけ コーン きよみオレンジ	パン 焼きそば 片栗粉	油	801 36.3	種実類
15	金	ご飯	牛乳	厚揚げとチンゲンサイのオイスター炒め コーン焼売2個 かき菜といかのナムル	生揚げ 豚肉 いか 鶏肉 鯖	牛乳	チンゲンサイ かき菜 にんじん	しょうが しめじ ねぎ たけのこ もやし コーン たまねぎ	米 砂糖 片栗粉 小麦粉	油 胡麻油 ドレッシング	801 34.3	手類
18	月	パーカーハウス	牛乳	白身魚フライ ソース 春野菜のポトフ フルーツキャロットゼリー	ほき ウインナー 豚肉	牛乳	にんじん アスパラガス	キャベツ たまねぎ かぶ	パン じゃがいも 小麦粉 パン粉	油	81.7 30.8	豆類
19	火	チキンライス	牛乳	じゃがいも入りオムレツ ブロッコリーサラダ ABCスープ ●ヨーグルト	鶏肉 卵 ハム ベーコン	牛乳 ヨーグルト	にんじん ブロッコリー	たまねぎ グリンピース ほしいたけ キャベツ きゅうり コーン えだまめ	米 麦 砂糖 じゃがいも 片栗粉 マカロニ	油 ドレッシング	770 31.4	魚介類
20	水	ご飯	牛乳	鯖香り焼き 黄金煮 宮内菜の胡麻和え	鯖 豚肉 厚揚げ	牛乳	にんじん みょうろ	たまねぎ たけのこ ほしいたけ もやし ねぎ にんにく	米 じゃがいも 砂糖 片栗粉	油 胡麻	781 34.2	海藻類
21	木	黒パン	牛乳	めんたいコスパゲティ コーンサラダ トマトと卵のスープ	いか 豆乳 辛子めんたいこ ベーコン 卵	牛乳	にんじん トマト みずな	たまねぎ マッシュルーム キャベツ きゅうり コーン	パン スパゲティ 片栗粉	ドレッシング ノンエッグマヨ ネーズ オリーブ油	841 35.0	豆類
22	金	麦ご飯	牛乳	あんかけ丼の具 海老焼売 2個 茎わかめとツナのサラダ	豚肉 厚揚げ 海老 ツナ	牛乳 茎わかめ	にんじん チンゲンサイ	しょうが キャベツ たまねぎ たけのこ きゅうり レモン	米 麦 砂糖 片栗粉	油 胡麻油	809 30.5	果物
25	月	ロールパン	牛乳	オムレツのデミグラスソースかけ コーンシチュー アーモンドサラダ	鶏肉 ベーコン 卵	牛乳 スキムミルク 生クリーム	チンゲンサイ にんじん ごまつな	たまねぎ コーン エリンギ キャベツ きゅうり	パン じゃがいも 砂糖	油 アーモンド ドレッシング	741 32.0	きのこ類
26	火	こぎつねご飯	牛乳	鶏肉の唐揚げ2個 切り干し大根のピリツと和え 新たまねぎの味噌汁	鶏肉 油揚げ 豆腐	牛乳	にんじん ごまつな	しょうが にんにく きりぼしだいこん きゅうり たまねぎ	米 麦 砂糖 片栗粉 じゃがいも	油 胡麻 胡麻油 ラー油	846 35.9	小魚
27	水	胡麻ご飯	牛乳	鯛のおろし煮 ひじきの炒め煮 若竹汁	鯛 鶏肉 油揚げ 薩摩揚げ 大豆 豆腐	牛乳 ひじき わかめ	にんじん	こんにやく たけのこ ねぎ たまねぎ だいこん	米 砂糖	胡麻 油	765 33.6	果物
28	木	コッペパン 大豆クリーム	牛乳	竹輪天ぷら2個 きつねうどん 小松菜サラダ 美生柑	竹輪 油揚げ 鶏肉 大豆	牛乳	にんじん ごまつな	ししいたけ たまねぎ ねぎ きゅうり キャベツ レモン みしょうかん	パン 小麦粉 うどん 砂糖	油 胡麻	851 34.1	海藻類

* 材料購入の関係で、献立を変更する場合があります。

●印・・・業者配送

・・・Happy-にんじんの日

太字の食品は、甘楽・富岡で作られた食材です。



中学校月平均

エネルギー	793kcal
たんぱく質	32.4 g
脂質	25.8 g
塩分	3.2 g

4月21日(木) ~めんたいコスパゲティ~
めんたいパークのグランドオープンにともない、からしめんたいこを使用した献立を取り入れました。
豆乳とノンエッグマヨネーズを加えて作るクリーミーなパスタです。

