

平成 29 年 4 月分 小学校給食予定献立表

春日部市立 正善 小学校

| 日 | 曜 | 献立名 | 使用する食品名 | | | | アレルギー表示 7品目 | エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) |
|-----|---|-------------------|---------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|------------------------------|----------------|---------------------------------|
| | | | エネルギーになるもの | からだをつくるもの | からだの調子を整えるもの | 調味料他 | | |
| 12 | 水 | きのこと豆のハヤシライス 麦ごはん | 米 麦 | | | | | 669 |
| | | ルウ | じゃがいも ハヤシルウ 油 | ひよこまめ えんどうまめ いんげんまめ ぶた肉 スキムミルク | たまねぎ にんじん えのきたけ しめじ マッシュルーム トマト | デミグラスソース 塩 こしょう | 乳 小麦 | 22.1 |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | |
| | | キャベツとじゃこのサラダ | ドレッシング | ちりめんじゃこ | こまつな キャベツ とうもろこし | | 小麦 | |
| | | オレンジゼリー | オレンジジュース 砂糖 | 寒天 | | | | |
| 13 | 木 | 二色揚げパン | パン 砂糖 油 ココア | きなこ | | 塩 | 小麦 乳 | 594 |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 27.9 |
| | | いかとえびのチリソース煮 | 砂糖 かたくり粉 油 | えび いか あさり | ねぎ にんにく しょうが たけのこ | 清酒 醤油 トマトケチャップ コンソメ 酢 塩 白ワイン | えび 小麦 | |
| | | 蓮花湯 | ごま油 かたくり粉 はるさめ | 卵 | たまねぎ にんじん こまつな とうもろこし | コンソメ 塩 こしょう 鶏がら 豚骨 | 卵 | |
| 14 | 金 | ごはん | 米 | | | | | 643 |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 25.9 |
| | | さばのみそ焼き | 砂糖 | さば みそ | しょうが | 清酒 醤油 みりん | 小麦 | |
| | | ハリハリ漬け | 砂糖 | | 切り干しだいこん にんじん きゅうり こまつな | みりん 酢 醤油 | 小麦 | |
| | | 筑前煮 | 油 じゃがいも 砂糖 | とり肉 凍り豆腐 | たけのこ にんじん ごぼう こんにゃく 干しいたけ さやいんげん | 清酒 醤油 だし(削り節) | 小麦 | |
| 17 | 月 | 黒パン | パン | | | | 小麦 乳 | 593 |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 21.9 |
| | | ポテトのチーズ焼き | じゃがいも 油 | ベーコン チーズ | たまねぎ | 塩 こしょう | 乳 | |
| | | アスパラサラダ | ドレッシング | | アスパラガス キャベツ にんじん とうもろこし | | | |
| | | わかめスープ | ごま ごま油 | わかめ とり肉 | にんじん たまねぎ もやし えのきたけ こまつな | 醤油 コンソメ 塩 鶏がら 豚骨 | 小麦 | |
| 18 | 火 | ごはん | 米 | | | | | 612 |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 23.7 |
| | | ハンバーグ | パン粉 砂糖 | ぶた肉 チーズ 卵 牛乳 | たまねぎ | 塩 こしょう ウスターソース トマトケチャップ | 小麦 乳 卵 | |
| | | 小松菜のソテー | 油 | | こまつな もやし にんじん | 塩 コンソメ こしょう | | |
| | | ぐる煮 | じゃがいも 砂糖 | | だいこん にんじん ごぼう こんにゃく しめじ さやいんげん | 醤油 清酒 だし(削り節・昆布) | 小麦 | |
| 19 | 水 | 【食育の日の献立】 | | | | | | 644 |
| | | 黄飯 | 米 | | | くちなしの実 | | 29.4 |
| | | かやく | 油 | たら 油揚げ 豆腐 | だいこん 干しいたけ ごぼう にんじん ねぎ | 醤油 塩 だし(削り節) | 小麦 | |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | |
| | | とり天 | 小麦粉 油 | とり肉 卵 | | 塩 清酒 | 小麦 卵 | |
| | | 春キャベツとひじきのあえ物 | 砂糖 | ひじき | キャベツ こまつな にんじん | 醤油 清酒 | 小麦 | |
| 20 | 木 | おかめうどん 地粉うどん | 地粉うどん | | | | 小麦 | 621 |
| | | つけ汁 | 砂糖 | とり肉 こんぶ かまぼこ | にんじん たまねぎ こまつな | 清酒 みりん 醤油 だし(削り節) | 小麦 | |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | |
| | | 白身魚のこんがり焼き | マヨネーズ パン粉 コーンフレーク | メルルーサ チーズ | | 塩 こしょう | 小麦 乳 卵 | |
| | | 切り干し大根のきんぴら | 油 砂糖 | | 切り干しだいこん にんじん 干しいたけ さやいんげん | 清酒 醤油 だし(削り節) | 小麦 | |
| 21 | 金 | 深川めし | 米 麦 砂糖 油 | あさり とり肉 油揚げ みそ | にんじん しらたき しょうが さやいんげん | 清酒 醤油 | 小麦 | 634 |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 26.0 |
| | | 肉巻き | じゃがいも 砂糖 かたくり粉 油 | ぶた肉 | | 清酒 醤油 | 小麦 | |
| | | ちんげん菜のおひたし | | | チンゲンサイ もやし | 醤油 清酒 だし(削り節) | 小麦 | |
| 24 | 月 | ビビンバ ごはん | 米 | | | | | 591 |
| | | 具 | 砂糖 ごま油 油 ごま | ぶた肉 | しょうが こまつな こんにゃく だいずもやし ぜんまい | 清酒 醤油 | 小麦 | 27.8 |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | |
| | | みそキムチスープ | | とり肉 みそ | にんじん ねぎ たら たけのこ きくらげ はくさいキムチ | コンソメ 塩 鶏がら | | |
| 25 | 火 | ごはん | 米 | | | | | 588 |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 24.8 |
| | | 鮭の野菜あんかけ | かたくり粉 油 砂糖 | さけ | たまねぎ ピーマン にんじん | 醤油 清酒 酢 | 小麦 | |
| | | 磯香あえ | | のり | ほうれんそう もやし | 醤油 清酒 だし(削り節) | 小麦 | |
| 田舎汁 | 油 | 生揚げ | えのきたけ しめじ ごぼう にんじん ねぎ だいこん こまつな こんにゃく | 醤油 清酒 みりん 塩 だし(削り節) | 小麦 | | | |
| 26 | 水 | ツイストパン | パン | | | | 小麦 乳 | 596 |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 25.7 |
| | | スペインオムレツ | じゃがいも バター | 卵 チーズ ベーコン | たまねぎ | 塩 こしょう | 乳 卵 | |
| | | コーンサラダ | ドレッシング | | もやし こまつな とうもろこし | | 小麦 | |
| | | マカロニスープ | マカロニ | とり肉 | キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう | コンソメ 塩 こしょう 鶏がら | 小麦 | |
| 27 | 木 | たけのこごはん | 米 砂糖 油 | 油揚げ | たけのこ にんじん さやいんげん | 清酒 醤油 | 小麦 | 644 |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 27.2 |
| | | 鶏肉のから揚げ | かたくり粉 油 | とり肉 | しょうが にんにく | 清酒 醤油 | 小麦 | |
| | | 野菜ソテー | 油 | ベーコン | キャベツ ピーマン | 塩 こしょう コンソメ | | |
| | | ヨーグルト | | ヨーグルト | | | 乳 | |
| 28 | 金 | ごはん | 米 | | | | | 626 |
| | | 牛乳 | | 牛乳 | | | 乳 | 21.4 |
| | | めだいの西京焼き | | めだい(シルバー)の西京づけ | | | | |
| | | ひじきの五色炒め | はるさめ 油 | ひじき ぶた肉 | もやし さやいんげん にんじん えだまめ | 塩 こしょう 醤油 清酒 | 小麦 | |
| | | 新じゃがいものそぼろ煮 | じゃがいも 油 砂糖 かたくり粉 | ぶた肉 | にんじん たまねぎ こんにゃく さやえんどう しょうが | 清酒 醤油 だし(削り節) | 小麦 | |

* 食品衛生法に基づいて「アレルギー表示義務7品目」について表示しています。(アレルギー表示義務7品目は、えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生です。)

* コンタミネーション(原材料としては使用されていなくても、製造工程で混入する恐れがある場合や、しらす干し等の魚介類とその加工品及びわかめ等の海藻類に混入している場合等)については、記載しておりません。

* 一部、材料入荷の都合により献立を変更したり、記入されていない材料を使用したりすることもあります。詳しい材料・調味料・加工品の配合等が知りたい方は、お申し出ください。

★1年生について★ 1年生の給食は17日から始まります。13日、14日はミニ給食で、両日ともに、小さいパンと牛乳になります。

| 基準 | | 6~7歳 | 8~9歳 | 10~11歳 | 今月平均 |
|----|----------|-------------|------|--------|------|
| | | エネルギー(kcal) | 530 | 640 | 750 |
| | たんぱく質(g) | 20.0 | 24.0 | 28.0 | 25.4 |