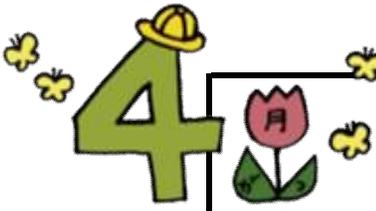


給食献立予定表



この月の給食目標
 楽しい給食にしよう



日付	こんだてめい	kcal たんぱく(g) 脂質(g)	おもなざいりょう			
			ち 血やにくになる	からだ ちようし 体の調子をととのえる	ちから ねつ 力や熱のもとになる	
8 水	ミルクパン <small>ぎゅうにゅう 牛乳</small>	610	ぎゅうにゅう		ミルクパン	
	たらのオイル焼き	28.9	タラ	たまねぎ マッシュルーム	バター マーガリン	
	じゃが芋とアスパラのクリーム煮	23.1	あさり ベーコン とうにゅう こなチーズ スキムミルク	アスパラガス たまねぎ にんじん しめじ	じゃがいも マーガリン こめこ	
	さくらゼリー			さくらんぼ レモン	さとう	
9 木	セルフ二色丼 <small>ぎゅうにゅう 牛乳</small>	636	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
	(セルフ二色丼の具)	28.3	たまご とりにく	グリーンピース しょうが	さとう あぶら さけ	
	根菜のすまし汁	19.1		だいこん にんじん ごぼう こまつな	こんにやく でんぷん	
10 金	麦入りごはん <small>ぎゅうにゅう 牛乳</small>	612	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
	豚肉のBBQソースがけ	23.1	ぶたにく		ねぎ りんご しょうが にんにく レモン	さけ さとう
	ゆかり和え みそ汁	16.7	わかめ みそ		キャベツ こまつな コーン にんじん しそ えのきだけ たまねぎ	じゃがいも
13 月	麦入りごはん <small>ぎゅうにゅう 牛乳</small>	618	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
	あじの中華風味焼き	28.2	アジ	ねぎ しょうが にんにく	ごま ごまあぶら	
	おひたし 五目煮豆	16.5	だいず ぶたにく こんぶ さつまあげ	もやし キャベツ にんじん ごぼう	ごまあぶら こんにやく さとう	
14 火	揚げパン(キャラメル) <small>ぎゅうにゅう 牛乳</small>	661	ぎゅうにゅう		コッパン あぶら さとう	
	ポークポトフ	25.2	ぶたにく ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ セロリ いんげん	じゃがいも	
	ゆで野菜	24.4		キャベツ こまつな コーン にんじん		
15 水	麦入りごはん <small>ぎゅうにゅう 牛乳</small>	670	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
	チキンカレー 1年生給食スタート	20.2	とりにく こなチーズ スキムミルク	たまねぎ にんじん にんにく グリーンピース	じゃがいも あぶら	
	フルーツヨーグルト	17.3	ヨーグルト	りんご みかん	さとう	
16 木	麦入りごはん <small>ぎゅうにゅう 牛乳</small>	605	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
	ハンバーグ(ケチャップソース)	23.7	とりにく ぶたにく		たまねぎ トマト	さとう
	ゆで野菜 みそ汁	17.2	あつあげ わかめ みそ		アスパラガス キャベツ にんじん だいこん ねぎ	
17 金	赤飯(ごま塩) <small>ぎゅうにゅう 牛乳</small>	599	ぎゅうにゅう ごま		こめ もちごめ ささげ	
	鶏肉のみそ漬け焼き おひたし	28.1	とりにく みそ		しょうが こまつな キャベツ もやし	さけ さとう
	豆腐入りすまし汁 祝	11.3	とうふ かまぼこ		ほうれんそう えのきだけ	
	お祝い豆乳プリン		とうにゅう		いちご	さとう
20 月	スパゲティミートソース <small>ぎゅうにゅう 牛乳</small>	663	ぎゅうにゅう		スパゲティ あぶら	
	(ミートソース)	27.4	ぶたにく こなチーズ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが トマト グリーンピース	あぶら こめこ マーガリン	
	ゆで野菜	21.7	わかめ	キャベツ にんじん コーン	す あぶら	

給食実施回数 16回【米飯 11回 / パン 3回 / ナン 1回 / 麺1回】

※ 摂取栄養素平均値 634kcal たんぱく質25.1g 脂質19.4g 塩分2.0g

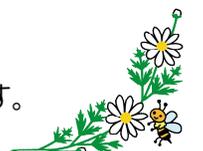
※給食内容は、都合により変更になることがあります。

※牛乳(栃木県産)は毎日です。

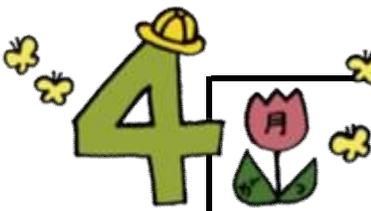
※お米は、宇都宮市産のコシヒカリを使用しています。

※パンの小麦粉は、宇都宮産ゆめかおり100%です。

※3月の放射能検査 精白米 放射性セシウム、放射性ヨウ素ともに基準値未満



給食献立予定表



この月の給食目標
 楽しい給食にしよう

日付	こんだてめい	kcal タンパク(g) 脂質(g)	おもなざいりょう		
			ち 血やにくになる	からだ ちよし 体の調子をととのえる	ちから ねつ 力や熱のもとになる
21 火	黒パン	659	ぎゅうにゅう		こくとうパン
	チキンナゲット ゆで野菜	26.8	とりにく こめこ	キャベツ ブロッコリー コーン	コーンフラワー
	米粉のワンタンスープ	21.7	ぶたにく	ごまつねぎ にんじん キャベツ もやし	こめこ
22 水	麦入りごはん	624	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	白身魚のみそマヨネーズ焼き	27.1	ヒラス みそ	パセリ レモン	さけ マヨネーズ
	からしあえ	17.8		ごまつねぎ にんじん キャベツ もやし	ごま
23 木	麦入りごはん	640	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	餃子 ナムル	23.9	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ にら ごまつねぎ キャベツ にんじん	こむぎこ ごまあぶら す
	マーボー豆腐	19.2	ぶたにく とうふ みそ	たけのこ にんじん しいたけ にら ねぎ	あぶら ごまあぶら さけ でんぷん さとう
24 金	ハヤシライス	656	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	(ハヤシライスの具)	21.4	ぶたにく	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト	あぶら マーガリン こめこ
	ゆで野菜 チーズ	21.7	チーズ	ごまつねぎ キャベツ にんじん	
27 月	麦入りごはん	644	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	もろの唐揚げ 塩こんぶ和え	26.0	モロ こんぶ	しょうが キャベツ にんじん	でんぷん あぶら ごまあぶら
	大根の中華煮	20.7	なまあげ ぶたにく	だいこん にんじん しょうが にんにく	あぶら さとう さけ こんにゃく
28 火	ナン	603	ぎゅうにゅう		こむぎこ
	キーマカレー	25.0	ぎゅうにく ぶたにく だいす ヨーグルト	たまねぎ にんじん セロリ しょうが にんにく トマト	あぶら マーガリン
	ゆで野菜 アセロラゼリー	21.0	わかめ	キャベツ にんじん コーン アセロラ	さとう
29 水					
30 木	セルフかき揚げ丼	646	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	(セルフかき揚げ丼の具)	18.6		たまねぎ にんじん ごぼう しゅんぎく	こむぎこ あぶら さとう
	ごまあえ 若竹汁	20.9	わかめ とうふ	ごまつねぎ キャベツ にんじん たけのこ いんげん	さとう ごま

入学・進級おめでとう

いよいよ新年度がスタートします。新年度は、初日の
 4月8日(水)より、給食を開始します。1年生の給食は、
 4月15日(水)から始まります。本年度も、安心安全を第一に、
 豊富な豊郷地区の食材を沢山取り入れた給食を
 提供してまいります。

