



令和6年度

4 月 給 食 献 立 予 定 表 (中 学 校 用)

秩父市立荒川共同調理場



日	曜	主 食	牛乳	お か ず	血や肉、骨や歯に なる食品 (赤)	熱や力のもとに なる食品 (黄)	からだの調子を 整える食品 (緑)	1食分 kcal	1食分 たんぱく質 g
9	火	ごはん	牛乳	サバの味噌煮 豚汁 ごま和え	牛乳 鯖 豚肉 豆腐 油揚げ	ごはん 油 ごま じゃが芋	人参 ごぼう 葱 キャベツ ほうれん草	882	35.3
10	水	はちみつパン	牛乳	スパゲッティナポリタン ウインナーたまご巻き グリーンサラダ	牛乳 ベーコン ウインナーたまご巻き	パン オリーブオイル スパゲッティ 玉葱ドレッシング	玉葱 人参 ピーマン キャベツ とうもろこし マッシュルーム 枝豆 ブロッコリー にんにく	842	31.0
11	木	ごはん	牛乳	じゃが芋のそぼろ煮 チーズはんぺんフライ 磯香和え	牛乳 鶏肉 のり チーズはんぺんフライ	ごはん 油 砂糖 片栗粉 じゃが芋	玉葱 人参 枝豆 ほうれん草 もやし	861	27.9
12	金	地粉うどん	牛乳	わかめうどん あじフリッター③ 切り干し大根のサラダ	牛乳 鶏肉 わかめ なると 鰯 くきわかめ	うどん 油 和風ドレッシング	人参 葱 玉葱 ほうれん草 しいたけ 切り干し大根 大根 きゅうり	838	36.1
15	月	ごはん	牛乳	八宝菜 揚げ餃子③ 大豆もやしのナムル	牛乳 いか 豚肉 餃子 (鶏肉)	ごはん 油 片栗粉 ナムルドレッシング	しょうが キャベツ 玉葱 葱 人参 しいたけ 大豆もやし 小松菜	846	31.2
16	火	わかめごはん	牛乳	厚揚げの炒野菜 春雨サラダ プリン	牛乳 生揚げ 豚肉	わかめごはん 砂糖 油 春雨 プリン 中華ドレッシング	キャベツ 玉葱 人参 しょうが きゅうり もやし	837	28.4
17	水	バターロール	牛乳	鶏肉のバーベキューソース 花野菜サラダ ABCスープ	牛乳 鶏肉 ベーコン	パン 砂糖 マカロニ 玉葱ドレッシング	りんご にんにく ブロッコリー カリフラワー とうもろこし 玉葱 人参 キャベツ	822	35.5
18	木	ごはん	牛乳	ホークカレー 合わせるゼリー (いちごゼリー) チーズ	牛乳 豚肉 チーズ	ごはん 油 じゃが芋 ゼリー	玉葱 人参 にんにく 黄桃 パイン みかん	884	26.4
19	金	子どもパン	牛乳	照り焼きハンバーグ キャベツサラダ 豆腐と野菜のスープ	牛乳 豆腐 ベーコン ハンバーグ (豚肉・ 鶏肉)	パン 砂糖 片栗粉 じゃが芋 玉葱ドレッシング	キャベツ 玉葱 人参 小松菜	801	31.7
22	月	ごはん	牛乳	鶏のから揚げ③ たくあん和え 味噌汁	牛乳 鶏肉 豆腐	ごはん 油 ごま	大根漬け ほうれん草 もやし 人参 キャベツ 玉葱	863	28.8
23	火	ごはん	牛乳	麻婆豆腐 切り干し大根のナムル えび焼売③	牛乳 豚肉 豆腐 えびシューマイ くきわかめ	ごはん 油 砂糖 ごま油 片栗粉	玉葱 人参 たけのこ しいたけ にら しょうが にんにく 切り干し大根 大根 きゅうり	841	31.9
24	水	ツイストパン	牛乳	コーンポタージュ タコナゲット② ブロッコリーサラダ	牛乳 ベーコン タコナゲット	パン 油 小麦粉 バター イタリアンドレッシング	とうもろこし 玉葱 人参 ブロッコリー キャベツ	878	30.4
25	木	たけのこごはん	牛乳	白身魚フライ 中濃バックソース 沢煮椀 ヨーグルト	牛乳 鶏肉 豚肉 油揚げ 白身魚 (ほき) ヨーグルト	酢飯 油 砂糖 片栗粉	たけのこ しいたけ 人参 かんぴょう いんげん ごぼう 大根 ほうれん草	821	31.1
26	金	中華麺	牛乳	味噌ラーメン 春巻き チョレギサラダ	牛乳 豚肉 なると 春巻き (鶏肉) のり わかめ	中華麺 油 ごま 塩ドレッシング	しょうが にんにく メンマ 人参 キャベツ 玉葱 とうもろこし	830	31.0
30	火	ごはん	牛乳	メンチカツ 中濃バックソース 五目きんぴら かきたま汁	牛乳 ちくわ 鶏肉 メンチカツ (豚肉) 豆腐 たまご	ごはん 油 砂糖 片栗粉	人参 ごぼう こんにゃく れんこん 人参 葱 小松菜 しいたけ	824	28.8

- ◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。
- ◆給食に関係する行事については、各学校のおたよりで確認してください。

🌸ご入学・ご進級おめでとうございます🌸



学校給食は、成長期の子どもに必要なエネルギー、たんぱく質、脂質、ナトリウム、カルシウム、マグネシウム、鉄、ビタミンA、B₁、B₂、C、食物繊維などがバランスよくとれるように文部科学省によって栄養素量の基準が定められています。

荒川共同調理場では、久那幼稚園・荒川東小学校・荒川西小学校・影森小学校・久那小学校・荒川中学校の1園5校の給食を提供しています。徹底した衛生管理を第一に、行事食・郷土食・季節ある献立を通して食文化を伝えるよう心がけ、おいしい給食づくりに努めてまいります。今年度もどうぞよろしくお願ひいたします。

