



れい わ ねん

令和6年

4月

がっ こう きゅうしよく よ てい こん だて ひょう

学校給食予定献立表



伊奈町立学校給食センター

じっしひ 実施日	にち 曜	こん だて めい 献立名	おも ざい りょう 主 材 料 と そ の 働 き			えい よう りょう 栄 養 量				
			ち にく ほね 血・肉・骨になるもの (あかのたべもの)	ねつちから 熱や力になるもの (きいろのたべもの)	からだちようし 体の調子をととのえるもの (みどりのたべもの)	小学校		中学校		
太字の献立は南小学校のリクエストです。						I kcal	蛋白質 (g)	I kcal	蛋白質 (g)	
10	水	ごはん 牛乳 春巻き チンジャオロース たまごスープ(卵) お祝いデザート	牛乳 春巻き ぶた肉 とり肉 たまご	こめ 油 さとう でんぶん クレープ	しょうが にんにく ビーマン たけのこ にんじん 干しいたけ はくさい ねぎ	729	23.8	900	27.9	
11	木	ごはん 牛乳 さばのみそかけ ごぼうサラダ 回子汁	牛乳 さば 赤みそ とり肉	米 さとう でんぶん 香りごまドレッシング 白玉だんご	ごぼう にんじん きゅうり キャベツ だいこん 干しいたけ ねぎ	719	24.1	864	28.0	
12	金	キムチチャーハン 牛乳 揚げぎょうざ アスパラのサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 やきぶた ぎょうざ とり肉	こめ ごま油 油 中華ドレッシング でんぶん	ねぎ キムチ にんじん にんにく アスパラガス キャベツ きゅうり 干しいたけ たまねぎ チンゲンサイ	627	20.2	803	24.2	
15	月	ごはん 牛乳 豚肉のごまだれかけ 大根サラダ もやしスープ	牛乳 ぶた肉 ベーコン	米 でんぶん 油 白ごま さとう 和風ドレッシング	だいこん きゅうり にんじん たまねぎ もやし にら	657	24.5	821	29.6	
16	火	たけのこごはん 牛乳 ポテトとお米のささみカツ ほうれん草のごまあえ けんちん汁	牛乳 とり肉 油揚げ ポテトとお米のささみカツ 豆腐	こめ さとう 油 白ごま さといも	たけのこ にんじん ほうれん草 もやし ごぼう だいこん ねぎ	623	25.3	783	31.2	
17	水	バターロール(乳) 牛乳 ハンバーグ ジャーマンポテト 白菜スープ	牛乳 ハンバーグ ベーコン とり肉	バターロール さとう 油 じゃがいも	たまねぎ コーン にんじん はくさい	701	25.8	820	30.5	
18	木	こどもパン(乳) 牛乳 コロッケ 春雨サラダ ワンタンスープ	牛乳 ぶた肉 なると	こどもパン ミートコロッケ 油 はるさめ さとう ごま油 白ごま ワンタン	にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ もやし にら 干しいたけ	658	22.1	790	25.3	
19	金	わかめごはん 牛乳 鶏のから揚げ キャベツのサラダ みそ汁	牛乳 わかめ とり肉 油揚げ 豆腐 赤みそ 白みそ	こめ でんぶん 油 香りごまドレッシング	キャベツ きゅうり にんじん ねぎ こまつな	667	26.6	820	30.7	
22	月	ツイストパン(乳) 牛乳 白身魚フライ もやしサラダ コーンスープ(乳) (小学校新1年生 お祝いデザート)	牛乳 白身魚フライ ベーコン	ツイストパン 油 玉ねぎドレッシング	もやし キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ クリームコーン コーン	711	23.8	851	28.6	
23	火	ごはん 牛乳 小籠包 焼き肉 えび回子スープ	牛乳 小籠包 ぶた肉 赤みそ えびボール	こめ 油 さとう でんぶん ごま油 はるさめ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ にら アップルソース はくさい 干しいたけ ねぎ	673	30.3	800	35.5	
24	水	ごはん 牛乳 鮭の塩焼き 小松菜のサラダ とん汁	牛乳 さけ ぶた肉 豆腐 赤みそ	こめ 油 和風ドレッシング さといも こんにゃく	こまつな もやし にんじん ごぼう だいこん ねぎ	629	27.2	742	30.3	
25	木	ごはん 牛乳 カレー(乳) コーンフライ フルーツミックス	牛乳 ぶた肉 チーズ コーンフライ	米 じゃがいも 油	にんじん たまねぎ にんにく しょうが みかん もも パイナップル	736	22.0	930	26.4	
26	金	ごはん 牛乳 油淋鶏 わかめサラダ 大根とベーコンのスープ	牛乳 とり肉 わかめ ベーコン	こめ でんぶん 油 さとう ごま油 中華ドレッシング	ねぎ にんにく しょうが キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ だいこん チンゲンサイ	630	23.1	798	27.5	
30	火	メロンパン(乳) 牛乳 メンチカツ グリーンサラダ ミネストローネ	牛乳 メンチカツ ベーコン	メロンパン 油 コールスロッドレッシング じゃがいも シェルマカロニ	ブロッコリー キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ トマト トマトピューレー	715	22.6	901	27.3	
						へいきんえいようりょう 平均栄養量	677	24.4	830	28.8
						きじゆんえいようりょう 基準栄養量	650	22~32	830	27~41



* 都合により献立を変更する場合があります。
 * 太字の野菜は伊奈町でとれたものです。
 * ♪の表示は、乳・卵を使用している献立です。
 * 参考にしてください。

4月給食だより

ご入学・進級おめでとうございます

新しい学年がスタートしました。
 学校給食は、児童生徒が栄養のバランスのとれた食事を先生や友達と一緒に食べながら、心のふれあいの中で心とからだの健康を増進させ、体位の向上を図ろうとするものです。
 本年度も安全でおいしい給食を目指して、給食センター職員一同励んでまいります。
 ご協力よろしく願いいたします。

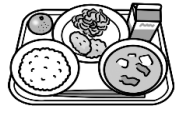
伊奈町の学校給食

文部科学省の「学校給食実施基準」を基に作成されています

献立内容

主食

ご飯(週3~4回)
 パン(週1~2回)
 めん(月2~3回)



牛乳

毎日つきます。(200ml)
 (中学生の7月~9月は250mlになります)

おかず

旬の食材や行事食、郷土食を取り入れ、変化のある献立内容を心がけています。



☆ 食材は埼玉産の米や大豆、伊奈町産の野菜や果物を多く取り入れています。
 ☆ リクエスト給食を実施し、子どもたちに喜ばれるおいしい給食を目指しています。

小学校新1年生の給食

15日(月)・16日(火)・・・牛乳のみ
17日(水)～完全給食になります。

学校給食の目標			
	①適切な栄養の摂取による健康増進を図る。	②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むための判断力を培い、望ましい食習慣を養う。	③学校生活を豊かにし、明るい社交性と協同の精神を養う。
④食生活が自然の恩恵によって成り立つことを理解し、生命を尊重して自然環境を大切にすることを養う。	⑤食生活がさまざまな人の活動を支えられていることを理解し、勤労を重んずる態度を養う。	⑥わが国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深める。	⑦食料の生産、流通、消費について正しい理解を導く。