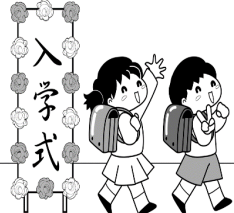
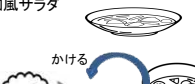
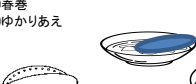
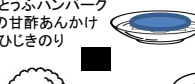
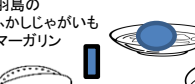
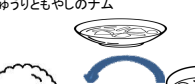
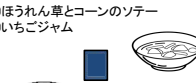
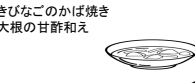
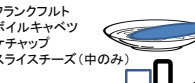
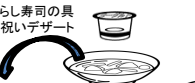


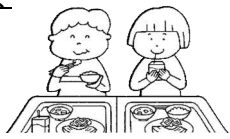
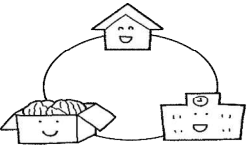
令和6年度4月分 学校給食献立表

いちき串木野市立学校給食センター

	月	火	水	木	金
献立	8日 入学式 始業式 	9日 ① ④ウインナーと ブロッコリーのソテー  ②黒糖パン ③コーンチャウダー	10日 ① ④ひじきと煮干しの佃煮  ②ごはん ③つわとたけのこの にもの	11日 ① ④さっぱりサラダ  ②バターパン ③ポークピンズ	12日 ① ④なの花そぼろ ごはんの具  ②ごはん ③根菜つくねスープ
エネルギー たんぱく質		小 596kcal 中 766kcal 小 22.6g 中 28.7g	小 653kcal 中 789kcal 小 27.1g 中 32.2g	小 648kcal 中 831kcal 小 29.0g 中 36.6g	小 638 kcal 中 794kcal 小 25.3g 中 31.9g
献立	15日 ④和風サラダ  ②ごはん ③チキンカレー	16日 ① ④春巻 ⑤ゆかりあえ  ②チーズパン ③ピリ辛フォー	17日 ① ④とうろふハンバーグ の甘酢あんかけ ⑤ひじきのり  ②ごはん ③春きゃべつの みそ汁	18日 ① ④羽島の ふかしじゃがいも ⑤マーガリン  ②チョコチップ ミルクパン ③とり肉と野菜の トマトスープ煮	19日 ① ④きゅうりともやしのナム ル  ②ごはん ③ジャージャン豆腐
エネルギー たんぱく質	小 664kcal 中 818 kcal 小 26.3g 中 33.6 g	小 687kcal 中 849kcal 小 24.3g 中 31.3g	小 639kcal 中 737 kcal 小 24.3g 中 27.3 g	小 649kcal 中 837kcal 小 26.0 g 中 33.3g	小 634kcal 中 782kcal 小 23.4g 中 29.1g
献立	22日 ④フルーツポンチ  ②ごはん ③ハヤシライス	23日 ① ④ほうれん草とコーンのソテー ⑤いちごジャム  ②コッパン ③春野菜のシチュー	24日 ① ④きびなごのかば焼き ⑤大根の甘酢和え  ②ごはん ③豚汁	25日 ① ④フランクフルト ⑤ポイルキャベツ ⑥ケチャップ ⑦スライスチーズ(中のみ)  ②たてわりパン ③親子うどん	26日 ① ④ちらし寿司の具 ⑤お祝いデザート  ②すしめし ③魚そうめん汁
エネルギー たんぱく質	小 677kcal 中 850 kcal 小 23.4 g 中 29.8 g	小 676 kcal 中 881kcal 小 30.4g 中 40.0g	小 709kcal 中 898kcal 小 29.6g 中 39.1g	小 598kcal 中 840kcal 小 31.1 g 中 44.4g	小 664 kcal 中 823kcal 小 23.8 g 中 31.5g
献立	29日 ①  昭和の日 	30日 ① ④レバーのカレー南蛮 ⑤もやしときやべつのレモン和え  ②バターパン ③肉団子のスープ 煮	4月の平均栄養量 エネルギー 小 653Kcal 中 823Kcal たんぱく質 小 26.1g 中 33.3g 脂 肪 小 27.6% (エネルギーに対して) 中 26.5% 自分で食べたもので体はつくられま す。 すきらいなく食べましょう。 		
エネルギー たんぱく質		小 657 kcal 中 844kcal 小 25.0 g 中 31.6g			

—学校給食の目標—

- ① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 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ことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- ③ 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- ④ 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- ⑤ 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- ⑥ 我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こと。
- ⑦ 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



学校給食は
生きた教材です



※ 各料理は、同じ番号の食品から作られています。

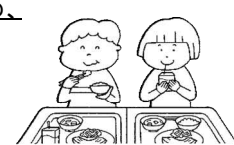
令和6年度4月分 学校給食予定献立表

いちき串木野市立学校給食センター

	月	火	水	木	金
献立	8日	9日	10日	11日	12日
	入学式 始業式	① ④ウインナーと ブロッコリーのソテー	① ④ひじきと煮干しの佃煮	① ④さっぱりサラダ	① ④なの花そぼろ ごはんの具
	主に休めるも とになるもの	②黒糖パン ③コーンチャウダー	②ごはん ③つわとたけのこの にも	②バターパン ③ポークピンズ	②ごはん ③根菜つくねスープ
	主に体の調子 を整えるもの	①牛乳 ③ベーコン 白いんげんペースト 牛乳 スキムミルク ④ウインナー	①牛乳 ③とり肉 中あげ ちくわ こんぶ ④ひじき 煮干し かつお節	①牛乳 ③大豆 ふた肉 レッドキドニー ひよこ豆 チーズ スキムミルク	①牛乳 ③根菜つくね(とり肉 大豆たんぱく) ぶた肉 ④とり肉
	主に熱や力に なるもの	③玉ねぎ にんじん コーン ほうれん草 にんにく ④ブロッコリー きゃべつ コーン にんにく	③干しいたけ こんにゃく にんじん つわ たけのこ いんげん	③にんじん 玉ねぎ 枝豆 トマトピューレ にんにく ④きゃべつ いんげん もやし コーン レモン果汁	③根菜つくね(ごぼう にんじん 玉ねぎ れんこん ガーリック ジンジャー) こまつな 玉ねぎ にんじん 深ねぎ 干しいたけ
	調味料等	②黒糖パン ③じゃがいも 油 ④油	②米 強化米 ③じゃがいも 油 さとう ④さとう	②バターパン ③じゃがいも 油 ④さとう 油	②米 強化米 ③根菜つくね(里芋 豚脂 でんぶん さとう なたね油 パーム油) 春雨 油 ごま油 ④さとう 油
献立	15日	16日	17日	18日	19日
	④和風サラダ	④春巻 ⑤ゆかりあえ	④とうふハンバーグ の甘酢あんかけ ⑤ひじきのり	④羽島の ふかしじゃがいも ⑤マーガリン	④きゅうりとまよしのナム ル
	②ごはん ③チキンカレー	②チーズパン ③ピリ辛フォー	②ごはん ③春きゃべつの みそ汁	②チョコチップ ミルクパン ③とり肉と野菜の トマトスープ煮	②ごはん ③ジャージャン豆腐
	主に休めるも とになるもの	①牛乳 ③とり肉 ひきわり大豆 スキムミルク チーズ ヨーグルト ④わかめ	①牛乳 ③ぶた肉 脱脂大豆 ④とり肉 大豆たんぱく	①牛乳 ③とり肉 いか ペーコン ひよこ豆 マローファットビーズ 赤いんげん	①牛乳 ③あつあげ ぶた肉 脱脂大豆 ひきわり大豆 みそ ④さとう
	主に体の調子 を整えるもの	③玉ねぎ にんじん グリンピース にんにく りんごピューレ ④きゅうり にんじん きゃべつ もやし コーン	③きゃべつ にんじん こまつな ④とうふハンバーグ(玉ねぎ) にんじん 玉ねぎ えのきたけ 深ねぎ	③玉ねぎ にんじん きゃべつ ダイストマト ブロッコリー パセリ にんにく	③にんじん 玉ねぎ にら 干しいたけ しょうが にんにく ④もやし きゅうり コーン にんにく
	主に熱や力に なるもの	②米 強化米 ③じゃがいも マーガリン ④さとう	②チーズパン ③ピーマン 油 わりごま ④でんぶん 豚脂 春雨 大豆油 小麦粉 ぶどう糖 ⑤ゆかり(さとう)	②チョコチップミルクパン 油 ⑤マーガリン じゃがいも	②米 強化米 ③油 さとう でんぶん ごま油
献立	22日	23日	24日	25日	26日
	④フルーツポンチ	④ほうれん草とコーンのソテー ⑤いちごジャム	④きびごのこは焼き ⑤大根の甘酢和え	④フランクフルト ⑤ポイルキャベツ ⑥ケチャップ ⑦スライスチーズ(中のみ)	④ちらし寿司の具 ⑤お祝いデザート
	②ごはん ③ハヤシライス	②コッパン ③春野菜のシチュー	②ごはん ③豚汁	②たてわりパン ③親子うどん	②すしめし ③魚そうめん汁
	主に休めるも とになるもの	①牛乳 ③牛肉 チーズ スキムミルク	①牛乳 ③ぶた肉 中あげ みそ ④きびご	①牛乳 ③とり肉 たまご スキムミルク かまぼこ 油揚げ わかめ ④ぶた肉 ⑦チーズ(中のみ)	①牛乳 ③魚そうめん(いとより) 油揚げ ④かまぼこ さつまあげ ⑤とろろ 生揚げ 錦糸卵(たまご)
	主に体の調子 を整えるもの	③にんじん 玉ねぎ グリンピース トマトピューレ ソテードオニオン にんにく ④みかん缶 もも缶	③玉ねぎ にんじん しめじ アスパラガス にんにく ④ほうれん草 コーン ⑤いちご	③きゃべつ にんじん 深ねぎ 干しいたけ ④オニオンパウダー ガーリック ⑤きゃべつ	③えのきたけ にんじん 小松菜 ④にんじん ごぼう たけのこ 干しいたけ グリンピース ⑤いちご果汁 クランベリー果汁
	主に熱や力に なるもの	②米 強化米 ③じゃがいも マーガリン ④ナタデココ ダイゼリー(果糖ぶどう糖 さとう ぶどう糖)	②コッパン ③じゃがいも 生クリーム マーガリン ④油 ⑤さとう	②たてわりパン ③うどん 油 ④でんぶん さとう	②米 強化米 ③魚そうめん(でんぶん さとう 水あめ 油) ④油 さとう ⑤錦糸卵(さとう 油 でんぶん)⑤ぶどう糖果糖液糖 さとう 果糖
	調味料等	③ケチャップ ハヤシルー デミグラスソース しお こしょう ウスターソース	③白ワイン ホワイトルー しお こしょう チキンブイヨン ④しお こしょう	③薄口しょうゆ 酒 煮干し(だし用)④しお こしょう メース⑥ケチャップ	②すし酢 ③魚そうめん(しお みりん) しお 薄口しょうゆ 酒みりん だし昆布 かつおぶし (だし用) ④しお みりん 薄口しょうゆ
献立	29日	30日	4月の平均栄養量		
	①	① ④レバーのカレー南蛮 ⑤もやしとキャベツのレモン和え	エネルギー 小 653Kcal 中 823Kcal たんぱく質 小 26.1g 中 33.3g 脂 肪 小 27.6% (エネルギーに対して) 中 26.5%		
	主に休めるも とになるもの	②バターパン ③肉団子のスープ 煮	自分で食べたもので体はつくられま す。すきらいなく食べましょう。		
	主に体の調子 を整えるもの	①牛乳 ③肉団子(ぶた肉 植物性たんぱく) ④とり肝 みそ			
	主に熱や力に なるもの	③肉団子(玉ねぎ) しょうが きゃべつ 大根 にんじん チンゲン菜 きくらげ 玉ねぎ ④にんにく しょうが レモン果汁 ⑤きゃべつ もやし レモン果汁			
	調味料等	②バターパン ③肉団子(でんぶん 水あめ チキンオイル 大豆油) じゃがいも 春雨 ④でんぶん さとう なたね油 パーム油 油			
献立	昭和の日	31日	4月の平均栄養量		
	①	① ④レバーのカレー南蛮 ⑤もやしとキャベツのレモン和え	エネルギー 小 653Kcal 中 823Kcal たんぱく質 小 26.1g 中 33.3g 脂 肪 小 27.6% (エネルギーに対して) 中 26.5%		
	主に休めるも とになるもの	②バターパン ③肉団子のスープ 煮	自分で食べたもので体はつくられま す。すきらいなく食べましょう。		
	主に体の調子 を整えるもの	①牛乳 ③肉団子(ぶた肉 植物性たんぱく) ④とり肝 みそ			
	主に熱や力に なるもの	③肉団子(玉ねぎ) しょうが きゃべつ 大根 にんじん チンゲン菜 きくらげ 玉ねぎ ④にんにく しょうが レモン果汁 ⑤きゃべつ もやし レモン果汁			
	調味料等	②バターパン ③肉団子(でんぶん 水あめ チキンオイル 大豆油) じゃがいも 春雨 ④でんぶん さとう なたね油 パーム油 油			

一学校給食の目標一

- ① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 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ことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- ③ 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- ④ 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- ⑤ 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- ⑥ 我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こと。
- ⑦ 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



学校給食は
生きた教材です



※ 各料理は、同じ番号の食品から作られています。