

平成31年 4月 中学校給食献立予定表

蕨市立学校給食センター

日・曜	献立名	主な材料名			栄養価					
		蛋白質源 無機質源	ビタミン源	熱量源	調味料	熱量 kcal	蛋白質 g	塩分 g		
10水	ツイストパン 	チキンのチーズのせ 温野菜(柑橘風味ドレッシング) コーンポタージュ	牛乳 とりにく スキムミルク	キャベツ きゅうり 人参 とうもろこし 玉ねぎ	パン 小麦粉 油 パン粉	酢 塩 こしょう コンソメ	798	31.6	4.4	
11木		あじフライ ピリ辛和え 春野菜のみそ汁	牛乳 あじ 豚肉 油揚げ	きゅうり 大根 玉ねぎ キャベツ さやえんどう	米 じゃがいも 油	塩 ごま油 しょうゆ みそ キムチの素	776	29.7	2.8	
12金	バターロール 	とうふナゲット(3個) キャロットサラダ ポークビーンズ	牛乳 豆腐 ベーコン 豚肉 大豆	人参 きゅうり とうもろこし 玉ねぎ	パン 砂糖 油 じゃがいも	塩 こしょう 酢 ケチャップ コンソメ	879	30.1	3.3	
15月		さばのみそ煮 大根サラダ(ごま風味ドレッシング) じゃがいものそぼろ煮	牛乳 さば 豚肉	切干大根 人参 玉ねぎ キャベツ しいたけ	米 ごま 砂糖 油 じゃがいも でんぷん	酢 塩 酒 しょうゆ	827	27.5	2.0	
16火	たまごパン 	ハンバーグデミグラスソース コールスローサラダ 野菜スープ	牛乳 豚肉 とりにく ベーコン	玉ねぎ しめじ キャベツ 人参 もやし	パン 油 じゃがいも 砂糖 小麦粉	ケチャップ 塩 酢 こしょう コンソメ しょうゆ ソース	842	32.7	4.4	
17水		チキンカレー アンサンブルエッグ コーンサラダ	牛乳 とりにく 卵	玉ねぎ 人参 トマト きゅうり キャベツ とうもろこし	米 油 小麦粉 ごま 砂糖 じゃがいも	コンソメ 塩 酢 ケチャップ しょうゆ カレー粉	864	27.7	2.9	
18木		さんまの生姜煮 海藻サラダ 紅白汁	牛乳 さんま 海藻 とりにく いか えび	大根 人参 とうもろこし 小松菜 玉ねぎ 甘夏	米 ごま 油 砂糖	しょうゆ 酢 薄口しょうゆ 塩	790	31.7	3.5	
19金	地粉うどん 	春の香りうどん 和風きんぴら包み ゆかり和え コーヒーマルク	わかめ とりにく かまぼこ 油揚げ	たけのこ しいたけ 山菜 玉ねぎ もやし 長ねぎ キャベツ 人参	地粉うどん	みりん 塩 酒 薄口しょうゆ	761	30.0	4.3	
22月		厚焼き卵 大豆とひじきの炒り煮 沢煮椀	牛乳 ひじき 卵 大豆 油揚げ 豚肉	人参 ごぼう 大根 しいたけ たけのこ ほうれん草	米 油 砂糖	塩 こしょう しょうゆ みりん	787	27.8	2.9	
23火	スクールメロン 	チキンステーキマスタードソース 親子豆サラダ チャウダー	牛乳 とりにく 豚肉 大豆 スキムミルク	枝豆 キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ	パン 小麦粉 じゃがいも 油	塩 こしょう 酢 コンソメ	803	31.0	3.2	
24水		たけのごはん かつお竜田揚げ 春雨サラダ	牛乳 とりにく かつお 油揚げ	たけのこ しいたけ 人参 もやし きゅうり とうもろこし	米 麦 油 砂糖 ごま ごま油 春雨	薄口しょうゆ 塩 酒 酢 洋辛子 しょうゆ	751	33.7	2.2	
25木	酢飯 	鯖のゆずみそ焼き ちらし寿司の具 すまし汁	牛乳 さわら えび わかめ 油揚げ 卵 かまぼこ とりにく	人参 しいたけ たけのこ 大根 長ねぎ ゆず	米 砂糖 油 ごま	しょうゆ 塩 酒 薄口しょうゆ	770	32.1	3.3	
26金	パンパン 	あじのチーズ衣焼き フレンチサラダ 豆乳スープ	牛乳 あじ チーズ とりにく 豆乳	キャベツ きゅうり みかん かぼちゃ 玉ねぎ しめじ	パン バター 小麦粉 油	酢 塩 こしょう コンソメ	809	32.7	3.0	
★材料の入荷等の都合により、献立や食材を変更することがあります。 ★献立表には、使用するすべての食材を記載しているわけではありません。							平均栄養価	804	30.6	3.2

★給食センターでは、センターの概要や一日の作業の他、毎月の献立等をホームページで紹介しています。ぜひご覧ください！
(アドレス <http://www.city.warabi.saitama.jp/kyushoku/index.htm>)

【給食費について】

保護者の皆様にご負担いただく給食費は食材料費のみで、それ以外の人件費や施設・設備にかかる経費は含みません。子供たちに「安心・安全でおいしい給食」を提供してまいりますので、ご理解とご協力のほどお願いいたします。

給食費	月額 4,536円(一食単価278円)
-----	---------------------



【食物アレルギーにおける注意事項】

- ・献立表には、主な食材を記載しているため、当日使用する全ての食材が記載されているわけではありません。
- ・調理場内で使用する調理機器や調理器具は、十分に洗浄しておりますが、食物アレルギーの原因食材を扱っております。
- ・同じ調理場内では、小学校の献立も調理しているため、記載がない食材も扱っております。
- ・さんま、いわし、ししゃもなどは、魚卵を含む場合があります。
- ・海藻類、ちりめんじゃこなどには、えび・かになどの甲殻類を含む場合があります。
- ・米飯の委託加工工場では、小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む製品を製造しております。
- ・パンの委託加工工場では、卵・乳・ごまを含む製品を製造しています。
- ・袋入り麺の委託加工工場では、卵・そばを含む製品を製造しています。

