

# 令和5年 4月 小学校給食献立予定表

蕨市立学校給食センター

日・曜	こんだてめい		のみのもの	おもなざいりょうめい			えいようか					
				体をつくるもとになる食品	体のちよしをととのえるもとになる食品	エネルギーのもとになる食品	調味料	熱量 kcal	たん白質 g	塩分 g		
12水		いわしのしょうがにごうはくごまあえはるのすましる	牛乳	牛乳 とり肉 とうふ かまぼこ いわし	だいこん にんじん なのはな	米 さとう ごま	しょうゆ 塩 酒 うすくちしょうゆ	586	24.2	2.6		
13木		バターロール チキンナゲット(2こ) フレンチサラダ トマトスープ	牛乳	牛乳 ベーコン ぶた肉 とり肉	キャベツ きゅうり トマト みかん セロリー 長ねぎ にんじん 玉ねぎ	パン 油 じゃがいも パン粉 こむぎ粉	す 塩 こしょう コンソメ	616	22.5	3.0		
14金		さばのねぎみそやき こんにやくサラダ さわにわん	牛乳	牛乳 わかめ ぶた肉 さば	きゅうり にんじん たけのこ ごぼう しいたけ だいこん まうれんそう 長ねぎ もやし きゅうり	米 さとう ごま油	しょうゆ す ようがらし 塩 こしょう みそ	639	22.6	2.6		
17月		ツイストパン とりにくのケチャップにもやしのサラダ ソーセージとキャベツのにこみ	牛乳	牛乳 ベーコン ソーセージ とり肉	にんじん 玉ねぎ キャベツ	パン 油 さとう	す 塩 こしょう コンソメ ワイン ケチャップ	606	23.3	2.9		
18火		ぶたこまのしょうがやき キャベツのしおこんぶあえ みそしる	牛乳	牛乳 ぶた肉 塩こんぶ わかめ とうふ 油あげ	玉ねぎ キャベツ にんじん だいこん 長ねぎ	米 油 ごま油	しょうゆ 酒 塩 こしょう みそ	594	25.8	2.7		
19水	A	たけのこごはん	牛乳	牛乳 ひじき こんぶ とり肉 油あげ ぶた肉 とうふ まほっけ 茎わかめ	だいこん にんじん とうもろこし たけのこ しいたけ はくさい 長ねぎ	油 ごま さとう 米 麦 でん粉 パン粉 こむぎ粉	しょうゆ す うすくちしょうゆ 酒 塩	660	24.0	2.0		
	B	ひきにくと とうふのにこみ						676	26.0	2.1		
20木		はちみつパン ハンバーグバーベキューソース コーンサラダ ABCスープ	牛乳	牛乳 ベーコン ぶた肉 とり肉	玉ねぎ とうもろこし キャベツ きゅうり にんじん トマト	パン 油 マヨネーズ さとう ごま じゃがいも	ケチャップ す 塩 ソース ワイン コンソメ しょうゆ こしょう	622	24.0	3.2		
21金	A	ひきにくと とうふのにこみ	牛乳	牛乳 ぶた肉 とうふ とり肉 油あげ もうかさめ	こまつな キャベツ とうもろこし はくさい 長ねぎ たけのこ しいたけ にんじん	油 さとう 米 麦 でん粉	す 塩 こしょう 酒 しょうゆ うすくちしょうゆ	662	27.0	2.0		
	B	たけのこごはん						646	25.0	1.9		
24月		フラワーロール ボイルフランク キャロットサラダ はるのクリームに	牛乳	牛乳 ぶた肉 とうふ 油あげ かつお	にんじん きゅうり とうもろこし 玉ねぎ キャベツ アスパラガス	パン 油 さとう じゃがいも こむぎ粉	塩 こしょう コンソメ す	667	26.1	2.3		
25火		カツオメンチカツ ゆかりあえ とんじる	牛乳	牛乳 ぶた肉 とうふ 油あげ かつお	キャベツ きゅうり ごぼう にんじん 長ねぎ 玉ねぎ	米 油 パン粉 じゃがいも こむぎ粉	塩 みそ	629	23.8	2.3		
26水		チキンカレー アンサンブルエッグ ごぼうサラダ	牛乳	牛乳 とり肉 卵 チーズ ベーコン	セロリー 玉ねぎ にんじん トマト ごぼう キャベツ	米 じゃがいも 油 こむぎ粉	コンソメ 塩 しょうゆ ケチャップ す	676	22.5	2.6		
27木		ライスボール ミートボール(2こ) おやこまめサラダ やさいスープ	牛乳	牛乳 だいず ベーコン ぶた肉 とり肉	えだまめ キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ もやし	パン 油 さとう じゃがいも パン粉	す 塩 こしょう コンソメ しょうゆ	630	24.3	3.0		
28金		わふうきんぴらつつみ さんしょくサラダ じゃがいものそぼろに	牛乳	牛乳 ぶた肉 とり肉 とうふ	キャベツ にんじん とうもろこし 玉ねぎ しいたけ ごぼう	米 油 さとう じゃがいも でん粉 ごま	す 塩 こしょう 酒 しょうゆ	653	23.5	2.3		
★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。 ★給食センターで調理する混ぜご飯 などは、炊飯能力の都合により、A校とB校で日にちを分けております。								へいきんえいようか		637	24.3	2.5
≪A校・B校区分≫				A校・・・塚越小・南小・北小			B校・・・東小・中央東小・中央小・西小					

★給食センターでは、センターの概要や一日の作業の他、給食のレシピ等をホームページで紹介しています。ぜひご覧ください！

蕨市立学校給食センター



## 【1年生の給食について】

給食開始は、14日(金)です。初日の献立は、『クロワッサン・バナナ・牛乳』です。

## 学校給食の7つの目標

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、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食生活が自然の恵恩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。 
-------------------------------	--	------------------------------------	---	---	---------------------------------------	-----------------------------------

## 令和5年4月から令和5年7月まで学校給食費の無償化を実施します！

コロナ禍に加え物価高騰による子育て世帯の経済的負担を支援するため、市では、令和5年4月から令和5年7月までの4か月間、市内小中学校の給食費の無償化を実施します。このことについて、保護者のみなさまからの手続きは必要ありません。また、対象期間中の給食費は口座引落を行いません。