

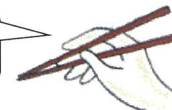


4月

予定給食献立表

志木市立志木中学校

箸・スプーンは給食室で準備したものを全校で使っています。



令和5(2023)年度

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
<p>4月の月目標 4月の献立のコンセプト 春をいっぱい感じよう!</p>		<p>給食の流れを確認し、協力して楽しい給食の時間を過ごそう</p> <p>生の筍や落をはじめ、春キャベツ、新じゃが、新たまねぎ、豆苗、桜えびなどを取り入れた献立で、春をいっぱい感じていただこうと考えました。</p> <p>1年生が早く志木中の給食に慣れてもらえるように、最初の13日は「ハッシュドポーク」20日には「味噌ラーメン」26日には「カレーライス」18日は「三小の人気メニュー 焼きカレーパン」25日は「志木小の人気メニュー ニ色揚げパン」を入れました。お楽しみに。</p>		<p>13日</p> <p>ガニロックライス (ハッシュドポーク)</p> <p>グリーンサラダ</p>		<p>14日</p> <p>清見オレンジ</p> <p>春野菜の春キャベツとパンチオビのパスタ</p> <p>香味だしのサラダ</p>			
<p>表示の説明</p> <p>上の段の数字 エネルギーkcal → 下の段の数字 たんぱく質 g →</p>		<p>体をつくる</p> <p>体の調子を整える 熱や力になる</p>		<p>たんぱく質 無機質 ビタミン 炭水化物 脂質</p>		<p>1群 2群 3群 4群 5群 6群</p>		<p>肉魚卵豆 牛乳小魚 海藻 緑黄色野菜 その他の野菜・果物 小麦芽砂糖 油脂</p>	
<p>豚もも肉 牛乳 にんじん 玉葱 米小麦粉三温糖 オリーブ油 米油 バター</p>		<p>ハーフ鶏もも肉 牛乳 アンチョビ アスパラガス さやえんどう 小松菜 パセリ ミントマツ</p>		<p>813kcal 28.4g</p>		<p>708kcal 34.0g</p>		<p><お知らせ> ※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。 ※家庭科で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載になっています。</p>	
<p>17日</p> <p>しらすのみかきごはん</p> <p>筍と落をはとんもの酢の物</p> <p>かきたま汁</p>		<p>18日</p> <p>手作り焼きカレーパン</p> <p>ABCスープ</p>		<p>19日</p> <p>春菊とかりか 黒米入りごはん</p> <p>油揚げのあびれ</p> <p>香味だしの巻き卵</p> <p>春野菜の汁</p>		<p>20日</p> <p>みそラーメン</p> <p>ミニトマト2つ</p> <p>チーズケーキ</p> <p>春巻き</p>		<p>21日</p> <p>いご2つ</p> <p>レタス炒め</p> <p>肉団子のスープ</p>	
<p>741kcal 39.3g</p>		<p>701kcal 27.3g</p>		<p>707kcal 32.6g</p>		<p>846kcal 36.2g</p>		<p>715kcal 33.5g</p>	
<p>三小人気メニュー</p>		<p>食育の日献立</p>		<p>赤みそ八丁みそ 豚もも肉 トラウト サーモン</p>		<p>ベーコン おきえび たまご 鶏ひき肉</p>		<p>米小麦三温糖 だんご</p>	
<p>がんもどき 鶏むね肉 絹豆腐 たまご</p>		<p>ゆかり 唐辛子 人参 ほうれん草</p>		<p>ゆかり 唐辛子 人参 ほうれん草</p>		<p>ゆかり 唐辛子 人参 ほうれん草</p>		<p>ゆかり 唐辛子 人参 ほうれん草</p>	
<p>24日</p> <p>ゆずのきんぴら</p> <p>かぼちのクリームコロッケ</p> <p>豚汁</p>		<p>25日</p> <p>ニ色揚げパン (コップまぜ)</p> <p>焼肉のたれ</p> <p>春キャベツのスープ</p>		<p>26日</p> <p>カレーライス</p> <p>カルピスゼリー</p> <p>海藻サラダ</p>		<p>27日</p> <p>春の香りうどん</p> <p>ニューサマーオレンジ</p> <p>えびとみかのかき揚げ</p>		<p>28日</p> <p>たけのこごはん</p> <p>魚の皮唐揚げ</p> <p>西京おぼろ</p> <p>新じゃがの豆苗みそ汁</p>	
<p>783kcal 26.0g</p>		<p>754kcal 32.0g</p>		<p>824kcal 24.8g</p>		<p>701kcal 30.3g</p>		<p>711kcal 37.2g</p>	
<p>志木小人気メニュー</p>		<p>志木小人気メニュー</p>		<p>油揚げ なるとう えび 焼きちくわ たまご</p>		<p>とり肉 油揚げ さわら 西京みそ 生揚げ 赤みそ 白みそ</p>		<p>米小麦三温糖 じゃがいも</p>	
<p>豆乳 豚肩肉 生揚げ 白みそ 赤みそ</p>		<p>きな粉 鶏もも肉 ウインナー 豚もも肉</p>		<p>豚もも肉 牛乳 寒天 カルピス</p>		<p>油揚げ なるとう えび 焼きちくわ たまご</p>		<p>とり肉 油揚げ さわら 西京みそ 生揚げ 赤みそ 白みそ</p>	
<p>にんじん 小松菜</p>		<p>にんじん 小松菜</p>		<p>にんじん 小松菜</p>		<p>にんじん 小松菜</p>		<p>にんじん 小松菜</p>	

