

4月 給食献立表



中学校

0ブロック

門屋学校給食センター

日 (曜)	献立	主に体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	主に体の調子を整える カロテン、ビタミン0を多く含む	主にエネルギーになる 炭水化物、脂質を多く含む	調味料	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) カルシウム (mg)	備考
11 (木)	ミルク食パン	スキムミルク		パン		825 29.8 418	給食が始まります
	牛乳	牛乳					
	ハムカツ	鶏肉 豚肉		パン粉 でんぷん 植物油 大豆油			
	レタス		レタス				
	クラムチャウダー	あさり ベーコン 牛乳 スキムミルク	たまねぎ にんじん パセリ	じゃがいも 小麦粉 マー ガリン 大豆油	白ワイン スープストック と んこつスープ 塩 こしょう		
12 (金)	米飯			米		772 30.6 448	探してみよう 姿を変える大豆
	牛乳	牛乳					
	厚焼卵	鶏卵		砂糖 植物油			
	大豆の磯煮	ひじき 豚肉 大豆	にんじん こんにゃく	大豆油 砂糖	かつおだし 醤油		
	みそ汁	油揚げ 豆腐 わかめ みそ	たまねぎ 根深ねぎ	じゃがいも	かつおだし		
15 (月)	米飯			米		849 26.2 424	ポークカレー を味わおう
	ポークカレー	豚肉 チーズ スキム ミルク	にんにく 生姜 たまねぎ にん じん りんご	大豆油 じゃがいも 生ク リーム	塩 とんこつスープ 赤ワイン こしょう チャツネ カレール ウ カレー粉 トマトケチャッ プ 中濃ソース フィッシュカ ルシウム		
	牛乳	牛乳					
	春キャベツのサラダ		新キャベツ きゅうり とうもろ こし	サラダ油 砂糖	酢 塩 こしょう		
	福神漬		だいこん なす きゅうり れん こん	砂糖	醤油 酢		
16 (火)	食パン			パン		859 33.3 366	春の献立 「春のポトフ」
	ジャム		いちご	砂糖	ゲル化剤		
	牛乳	牛乳					
	メンチカツ	豚肉	たまねぎ	でんぷん パン粉 小麦粉 大豆油			
	春のポトフ	鶏肉 ウインナー	にんじん たまねぎ グリーンア スパラガス 新キャベツ	じゃがいも	スープストック こしょう 塩 とんこつスープ		
	豆乳プリン	豆乳	いちご	砂糖	ゲル化剤		
17 (水)	米飯			米		838 29.3 590	中華料理を 食べよう
	牛乳	牛乳					
	麻婆豆腐	豚肉 豆腐 みそ	にんにく 生姜 にんじん たけ のこ しいたけ たまねぎ 根深 ねぎ	大豆油 砂糖 でんぷん ごま油	中華スープの素 酒 オイス ターソース 醤油 赤唐辛子粉		
	パンサンスー	ハム 錦糸卵	キャベツ きゅうり ほうれん草	春雨	中華ドレッシング		
	黄桃 (缶)		黄桃				
18 (木)	米飯			米		814 34.3 436	骨や歯を 丈夫にする食べ物 「さけ」
	牛乳	牛乳					
	さけの塩焼き	さけ		サラダ油 大豆油			
	切干大根の煮物	油揚げ	切干大根 にんじん こんにゃく	砂糖	かつおだし 醤油 みりん		
	豚汁	豚肉 豆腐 みそ	大根 大根葉 ごぼう 葉ねぎ		かつおだし		
19 (金)	黒砂糖ロールパン			パン 黒砂糖		833 29.8 466	しっかり手を洗おう
	牛乳	牛乳					
	オムレツ	鶏卵 鶏肉 豚肉	たまねぎ 人参	パン粉 大豆油			
	野菜のクリーム煮	鶏肉 チーズ 牛乳 スキムミルク	にんじん たまねぎ しめじ 白 菜 とうもろこし	大豆油 じゃがいも 小麦 粉 マーガリン	スープストック 塩 こしょう とんこつスープ		
	ゼリー		みかん いちご	砂糖	ゲル化剤		
22 (月)	米飯			米		792 30.6 422	いろいろな 具材を食べよう 「おでん」
	牛乳	牛乳					
	おでん	豚肉 昆布 さつまあ げ 生揚げ	こんにゃく 大根	砂糖 じゃがいも	かつおだし 醤油 みりん		
	おひたし		ほうれん草 キャベツ にんじん		醤油 かつおだし		
	小女子の佃煮	小女子		水あめ 砂糖	醤油		
	ミックスナッツ	そらまめ ひよこ豆		アーモンド 植物油			
23 (火)	麦入り米飯			米 麦		793 29.7 567	ふるさと給食 「黒半べんの フライ」
	ふりかけ				かつおごまふりかけ		
	牛乳	牛乳					
	黒半べんのフライ	黒半べん		小麦粉 パン粉 大豆油	フィッシュカルシウム		
	春キャベツの即席漬け	塩昆布	新キャベツ	ごま	塩		
	静岡の実だくさん汁	豚肉 豆腐 みそ	大根 しめじ 小松菜 にんじん 葉ねぎ		かつおだし		



4月 給食献立表



中学校

0ブロック

門屋学校給食センター

日(曜)	献立	主に体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	主に体の調子を整える カロテン、ビタミン0を多く含む	主にエネルギーになる 炭水化物、脂質を多く含む	調味料	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) カルシウム (mg)	備考
24 (水)	ソフトめん			ソフトめん		781 32.0 467	めんを上手に食べよう
	ミートソース	豚肉 牛肉 チーズ スキムミルク	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト りんご グリンピース	大豆油 小麦粉 マーガリン 生クリーム	赤ワイン 中濃ソース チャツネ スープストック とんこつスープ トマトケチャップ 塩 こしょう フィッシュカルシウム		
	牛乳	牛乳					
	海藻サラダ	ひじき わかめ 茎わかめ とさかのり	きゅうり キャベツ		和風玉葱ドレッシング		
	ヨーグルト	ヨーグルト					
25 (木)	米飯			米		762 33.6 369	魚を食べよう「さわらの西京焼き」
	牛乳	牛乳					
	さわらの西京焼き	さわら みそ		砂糖 大豆油			
	茎わかめサラダ	茎わかめ	きゅうり キャベツ とうもろこし	ごま	ごまドレッシング		
	かき玉汁	豆乳入り白つみれ 豆腐 鶏卵	にんじん たまねぎ ほうれん草	でんぷん	かつお節 昆布だし 薄口醤油 塩		
26 (金)	米飯			米		795 27.3 322	豚肉の栄養を知ろう「酢豚」
	牛乳	牛乳					
	酢豚	豚肉	生姜 たけのこ にんじん しいたけ たまねぎ ピーマン	でんぷん 大豆油 砂糖	酒 醤油 フィッシュカルシウム 塩 中華スープの素 オイスターソース トマトケチャップ 酢		
	春雨スープ	鶏肉	えのきたけ 白菜 チンゲンサイ もやし 根深ねぎ	春雨 でんぷん	とりがらスープ スープストック 塩 こしょう 醤油		
	フルーツよせ		パインアップル みかん 黄桃				
30 (火)	ミルク食パン	スキムミルク		パン		828 33.1 598	春においしい食べ物「玉ねぎ」
	牛乳	牛乳					
	ハンバーグ	鶏肉 豚肉	たまねぎ マッシュルーム	大豆油 砂糖	デミグラスソース ウスターソース トマトケチャップ		
	ポテトサラダ	ハム	キャベツ きゅうり とうもろこし	じゃがいも マヨネーズ	塩 こしょう		
	オニオンスープ	ベーコン	にんじん たまねぎ しめじ パセリ		とりがらスープ 酒 スープストック 塩 こしょう 薄口醤油		



お知らせ

学校給食の情報やレシピをホームページに掲載しています。ぜひご活用ください！



※製造過程で混入する可能性があるもの

【米】

①籠上中・末広中・賤機中・美和中
⇒小麦、大豆等

②上記以外の学校

⇒えび、小麦、卵、ごま、大豆、鶏肉、豚肉等

【めん】

卵、そば

【パン】

①籠上中・末広中・賤機中・美和中
⇒卵、大豆、りんご等

②上記以外の学校

⇒くるみ、卵、落花生、アーモンド、オレンジ、カシューナッツ、ごま、大豆、豚肉、もも、りんご、ゼラチン等

※食材の使用については今後更に安全確認に努めていきます。

※魚には小骨が残っていることがあるため、食べる時は注意しましょう。

★主食のコンタミネーションにつきましては、学校によって異なります。

詳しく知りたい方は、門屋学校給食センター(TEL 207-8050)までお問い合わせください。

★静岡市の学校給食センターや小中学校の給食室では調理員を募集しています。詳しく知りたい方は、学校給食課までお問い合わせください。

イラスト出典:「新食育ブック」