

<中学校> 4月 基本献立予定表

小山市教育委員会

献立名			栄養価				行事	
ごはん	パン	牛乳	おかず	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g		食塩相当量 g
ポークカレー	(麦ご飯)	○	カルシウムサラダ アセロラゼリー	877	22.9	23.7	3.0	
にらご飯		○	あじのねぎ塩焼 かんぴょうのごまあえ うどのかきたま汁	738	33.7	17.2	3.6	
チーズ米パン		○	ペンのトマトソースチキンナゲット 春キャベツのスープ	843	36.1	34.2	3.7	
赤飯		○	鶏肉の一味焼き・磯香あえ 花麩のすまし汁	781	38.6	15.5	3.6	入学祝い
ご飯		○	野菜しゅうまい 麻婆豆腐 バンサンスー	896	33.1	23.5	3.0	
おとん丼		○	おひたし・はとむぎ入りレタスのかきたま汁	808	33.1	22.2	2.6	わ食の日
ご飯		○	赤魚の塩麴焼 ひじきの炒め煮 田舎汁	769	33.4	17.0	2.6	
米パン		○	焼きそば 肉団子スープ チーズ	794	34.5	29.9	4.7	
ご飯		○	モロの酢豚風 莖わかめのサラダ とうもろこしスープ	809	31.1	18.1	3.9	
ご飯		○	納豆 じゃがいものそばろ煮・みそ汁	836	31.7	18.2	3.0	
チャーハン		○	揚げ餃子 オイキムチ 卵入り五目スープ	799	26.2	25.0	3.7	
お魚丼		○	海藻サラダ・豚汁	784	32.6	16.6	3.0	
ココア揚げパン		○	ポークビーンズ・ゆで野菜 県産ヨーグルト	908	31.3	35.0	3.2	
ご飯		○	鮭の塩焼き・五目きんぴら みそ汁	816	34.8	19.2	2.7	

一口メモ

「小山市の 学校給食」

- ❁ 成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のために、栄養バランスのとれた食事を提供します。
- ❁ 望ましい食習慣と食に関する正しい知識を身につけるための生きた教材として活用しています。
- ❁ 地元への愛着を深めるため、地場産物を積極的に取り入れています。

