

# 4月 給食献立予定表

## 小山中央学校給食共同調理場

※ 気象状況や予算の都合で、献立が変更になる場合があります。  
 ※ 食物アレルギーを新たに発症した場合は、学校にお知らせください。

使用食品						その他 調味料類
主に体の組織を作る あか		主に体の調子を整える みどり		主にエネルギーになる きいろ		
1群	2群	3群	4群	5群	6群	
魚・肉・卵・豆	牛乳・乳製品・小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 きのこ・果物	穀類・いも類 砂糖	油脂・種実類	
主にたんぱく質を多く含む	主にカルシウムを多く含む	主にカロテンを多く含む	主にビタミンCを多く含む	主に炭水化物を多く含む	主に脂質を多く含む	

学校給食で小山市が食物アレルギー除去食・代替食対応をする食品(15品目)



卵・乳・小麦・えび・かに・いか・牛肉・豚肉・鶏肉・ごま・さけ・さば・大豆・オレンジ・もも

日曜	献立	使用食品						含まれているアレルギー	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分		
9(木)	主食 ツナサンド(コッペパン)		脱脂粉乳				パン	小麦 乳	858 kcal		
	主菜 // (ツナサラダ)	まぐろ			たまねぎ きゅうり		なたね油	塩 コショウ マヨネーズ スタンプドレッシング	大豆	35.6 g	
	主食 焼きそば	豚肉	あおさ	にんじん	もやし キャベツ (りんご)	焼きそばめん	サラダ油	塩 コショウ ウスターソース	大豆 豚肉 小麦	31.2 g	
	副菜 わかめと卵のスープ	鶏卵									
	その他 牛乳		牛乳						乳	3.5 g	
	【2、3年生のみ給食があります】										
10(金)	主食 ハヤシライス(麦ご飯)						米 大麦			946 kcal	
	主菜 // (ハヤシルウ)	豚肉		にんじん トマト グリーンピース	たまねぎ マッシュルーム にんにく (りんご)		じゃがいも 砂糖	サラダ油	ケチャップ トマト ピューレ ハヤシ ソース	豚肉 大豆	24.8 g
	副菜 小松菜とこんにゃくのサラダ			ごまつな	もやし とうもろこし				美颜でランチドレッシング (コーンスロー)		25.5 g
	その他 はちみつレモンゼリー				レモン			はちみつ 砂糖		3.1 g	
	その他 牛乳		牛乳						乳		
13(月)	主食 おとん丼(ご飯)						米			794 kcal	
	主菜 // (具)	豚肉		にんじん	ごぼう にんにく しょうが たまねぎ ししいだけ		しらたき 砂糖	サラダ油	しょうゆ 酒	大豆 豚肉 小麦	32.2 g
	副菜 キャベツとにらのおひたし	かつおぶし		にんじん にら	キャベツ				しょうゆ	大豆 小麦	21.9 g
	副菜 レタスのかきたま汁	だしかつおぶし かまぼこ 鶏卵		ごまつな	レタス		でんぷん		塩 しょうゆ	卵 大豆 小麦	2.4 g
	その他 牛乳		牛乳						乳		
14(火)	主食 ご飯						米			831 kcal	
	主菜 マーボー豆腐	豚肉 みそ 豆腐		にんじん グリン ピース	にんにく しょうが ねぎ たまねぎ	砂糖 でんぷん	サラダ油 ごま油	豆板醤 しょうゆ テンメンジャン	大豆 豚肉 小麦 ごま	33.5 g	
	主菜 ポークシュウマイ	豚肉			たまねぎ しょうが	パン粉 でんぷん 砂糖 小麦粉 水 あめ		塩	豚肉 小麦	23.6 g	
	副菜 ナムル			にんじん	もやし きゅうり		砂糖	ごま油 ごま	しょうゆ 酢	大豆 小麦 ごま	2.8 g
	その他 牛乳		牛乳						乳		
15(水)	主食 赤飯	ささげ					米 もち米			888 kcal	
	その他 // (ごま塩)						小麦粉	ごま	塩	ごま 小麦	33.2 g
	主菜 のり塩から揚げ	鶏肉	あおさ		しょうが にんにく	でんぷん	サラダ油	丸鶏ガラスープ 塩 酒	鶏肉 大豆	27.0 g	
	副菜 かみかみサラダ			にら	えのきだけ もやし		砂糖	ごま油	しょうゆ	ごま 大豆 小麦	2.4 g
	副菜 すまし汁	だしかつおぶし 豆腐 ナルト		にんじん ほうれん そう					しょうゆ 塩 酒	大豆 小麦	
その他 牛乳		牛乳						乳			
16(木)	主食 黒コッペパン		脱脂粉乳				パン 黒砂糖			802 kcal	
	主食 ペンネボロネーゼ	豚肉		にんじん トマト グリーンピース	しょうが にんにく たまねぎ	マカロニ	サラダ油	トマトピューレ ケチャップ 塩 コショウ	小麦 大豆 豚肉	31.5 g	
	主菜 オムレツ	鶏卵			(りんご)	水あめ でんぷん 砂糖	サラダ油 なたね油	酢	卵 大豆	25.7 g	
	副菜 キャベツのスープ	ベーコン		にんじん ほうれん そう	キャベツ とうもろこし			コンソメ 塩 コショウ	豚肉 乳 小麦 大豆 鶏肉	3.5 g	
	その他 牛乳		牛乳						乳		
17(金)	主食 鶏ごぼうご飯	鶏肉 油揚げ		にんじん	ごぼう		米 砂糖	サラダ油	酒 しょうゆ みり	大豆 小麦 鶏肉	766 kcal
	主菜 あおさ入りあじフライ	あじ	あおさ				パン粉 でんぷん	サラダ油	塩	小麦 大豆	31.2 g
	副菜 白菜とほうれん草のおひたし	かつおぶし		ほうれんそう	はくさい				しょうゆ	大豆 小麦	24.5 g
	副菜 豆腐のみそ汁	豆腐 みそ	だし煮干し わかめ		えのきだけ ねぎ					大豆	2.8 g
	その他 牛乳		牛乳						乳		

※小山市の学校給食では「そば・生卵・生魚・生魚卵・生山芋・生肉・ピーナッツ・くるみ・カシューナッツ・キウイ・アワビ・マカダミアナッツ・アーモンド」を提供することはありません。


中学生一人一回あたりの学校給食摂取基準 エネルギー830Kcal たんぱく質34.2g 脂質23.1g 塩分2.5g

# 4月 給食献立予定表

## 小山中央学校給食共同調理場

※ 気象状況や予算の都合で、献立が変更になる場合があります。  
 ※ 食物アレルギーを新たに発症した場合は、学校にお知らせください。

使用食品						その他 調味料類
主に体の組織を作る あか		主に体の調子を整える みどり		主にエネルギーになる きいろ		
1群	2群	3群	4群	5群	6群	
魚・肉・卵・豆	牛乳・乳製品・ 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 きのこ・果物	穀類・いも類 砂糖	油脂・種実類	
主にたんぱく質を多く含む	主にカルシウムを多く含む	主にカロテンを多く含む	主にビタミンCを多く含む	主に炭水化物を多く含む	主に脂質を多く含む	

学校給食で小山市が食物アレルギー除去食・代替食対応をする食品(15品目)  
  
 卵・乳・小麦・えび・かに・いか・牛肉・豚肉・鶏肉・ごま・さけ・さば・大豆・オレンジ・もも

日曜	献立	1群	2群	3群	4群	5群	6群	その他	含まれているアレルゲン	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分
20(月)	主食 親子丼(ご飯)					米				757 kcal
	主菜 //	鶏肉 高野豆腐 鶏卵		にんじん グリンピース	たまねぎ ししいけ	砂糖		しょうゆ 酒	鶏肉 大豆 小麦 卵	33.2 g
	副菜 キャベツときゅうりの塩昆布漬		塩昆布		キャベツ きゅうり		ごま	塩	ごま 大豆 小麦	17.9 g
	副菜 若竹汁	だしかつおぶし かまぼこ	わかめ	ほうれんそう	だけのご			しょうゆ 塩 酒	大豆 小麦	2.9 g
	その他 牛乳		牛乳						乳	
21(火)	主食 キムタクご飯					米 砂糖	ごま油	しょうゆ 酒 塩 唐辛子	大豆 小麦 ごま 豚肉	794 kcal
	主菜 揚げギョーザ	鶏肉 豚肉 大豆		にら	キャベツ たまねぎ しょうが	砂糖 小麦粉 でんぷん 麦芽糖	豚脂 サラダ油	しょうゆ 塩	鶏肉 豚肉 大豆 小麦	27.1 g
	副菜 チョレギ風サラダ		わかめ のり	ごまつな にんじん	キャベツ		ごま ごま油	ナムルドレッシング	ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦	26.2 g
	副菜 豆腐とにらのスープ	豆腐		にら	しいたけ もやし		ごま油	スープストック中華 しょうゆ 塩 コショウ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま	4.6 g
	その他 牛乳		牛乳						乳	
22(水)	主食 ご飯 ※有機栽培米使用					米				824 kcal
	主菜 小山産納豆		納豆						大豆	32.3 g
	その他 //(タレ)							塩 しょうゆ 酢	大豆 小麦	20.7 g
	その他 //(からし)							からし		3.3 g
	副菜 肉じゃが	豚肉		にんじん グリンピース	たまねぎ	じゃがいも しらたき 砂糖	サラダ油	しょうゆ 酒	大豆 小麦	
	副菜 大根とぶなしめじのみそ汁	油揚げ みそ	だし煮干し		だいこん ぶなしめじ ねぎ				大豆	
その他 牛乳		牛乳						乳		
23(木)	主食 ハンバーガー(丸パン)		脱脂粉乳			パン			小麦 乳	837 kcal
	主菜 //(ハンバーグ+ソース)	豚肉 鶏肉		にんじん	たまねぎ マッシュルーム(りんご)	でんぷん 砂糖	豚脂 サラダ油	ウスターソース ケチャップ 赤ワイン しょうゆ	豚肉 鶏肉 大豆 小麦	32.7 g
	副菜 ボイルブロッコリー			ブロッコリー						28.8 g
	副菜 米粉シチュー		牛乳 生クリーム	にんじん ほうれんそう	たまねぎ とうもろこし	じゃがいも 米粉	サラダ油	コンソメ 塩 コショウ	大豆 乳 小麦 鶏肉	3.5 g
	その他 牛乳		牛乳						乳	
24(金)	主食 ご飯 ※有機栽培米使用					米				786 kcal
	主菜 さんま梅煮	さんま			梅肉	砂糖 でんぷん		しょうゆ みりん 塩	大豆 小麦	30.5 g
	副菜 五目きんぴら	豚肉 さつまいも		にんじん	ごぼう	こんにゃく 砂糖	サラダ油	しょうゆ みりん 一味唐辛子	大豆 豚肉 小麦	21.0 g
	副菜 キャベツのみそ汁	油揚げ みそ	だし煮干し	にんじん さやいんげん	キャベツ				大豆	2.6 g
	その他 牛乳		牛乳						乳	
27(月)	主食 ポークカレー(麦ご飯)					米 大麦				952 kcal
	主菜 //(カレールウ)	豚肉		にんじん	にんにく たまねぎ(りんご)	じゃがいも	サラダ油	赤ワイン カレー粉 カレールウ ウスターソース ケチャップ コショウ	大豆 豚肉 小麦 鶏肉	25.9 g
	副菜 かんぴょうサラダ			にんじん	きゅうり とうもろこし かんぴょう レモン			マヨネーズタイプドレッシング しょうゆ コショウ	大豆 小麦	29.9 g
	その他 ヨーグルト		ヨーグルト						乳	3.5 g
	その他 牛乳		牛乳						乳	
28(火)	主食 ピラフ	鶏肉		にんじん グリンピース	たまねぎ とうもろこし	米	サラダ油	コンソメ 塩 コショウ	乳 小麦 大豆 鶏肉	833 kcal
	主菜 白身魚フライ	すけそうたら 大豆粉				パン粉 でんぷん	サラダ油		大豆 小麦	29.1 g
	その他 //(小袋ソース)				(りんご)			中脳ソース		22.2 g
	副菜 粉ふきいも			パセリ		じゃがいも		塩 コショウ		3.5 g
	副菜 トマトと卵のスープ	ベーコン 鶏卵		チンゲンサイ トマト		でんぷん	ごま油	スープストック中華 しょうゆ 塩 コショウ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ごま 卵	
その他 牛乳		牛乳						乳		
30(木)	主食 ココア揚げパン		脱脂粉乳			パン グラニュー糖	サラダ油 ココア		小麦 乳 大豆	796 kcal
	主菜 ポークチャップ	豚肉		パプリカ	にんにく たまねぎ(りんご)		サラダ油	酒 しょうゆ ウスターソース ケチャップ	大豆 豚肉 小麦	33.2 g
	副菜 ジュリエンスープ	ベーコン		にんじん みずな	セロリ たまねぎ キャベツ			塩 コショウ スープストック しょうゆ	豚肉 大豆 小麦	29.1 g
	その他 牛乳		牛乳						乳	3.4 g

※小山市の学校給食では「そば・生卵・生魚・生魚卵・生山芋・生肉・ピーナッツ・くるみ・カシューナッツ・キウイ・アワビ・マカダミアナッツ・アーモンド」を提供することはありません。

中学生一人一回あたりの学校給食摂取基準 エネルギー830Kcal たんぱく質34.2g 脂質23.1g 塩分2.5g