



平成 30年度

4月分 学校給食予定献立表



御殿場市立西学校給食センター 0550-89-2944

日 曜日	こんだて	おもに体をつくる もとなる食べ物	おもに体の調子を整える もとなる食べ物	おもにエネルギーの もとなる食べ物	米穀価	
					小学校	中学校
10	麦ごはん			こめ・むぎ		
	ポークカレー	ぶたにく・だっしふんにゅう	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・りんご にんにく・しょうが	じゃがいも・あぶら		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			629	844
	野菜のコロコロソテー	ウインナー	にんじん・えだまめ・とうもろこし	あぶら	20.9	27.4
	福神漬け		だいこん・きゅうり・なす・れんこん しょうが	さとう	24	22
火	ヨーグルト(中のみ)	ヨーグルト			2.4	3.1
<b>入学・進級 お祝いこんだて</b>						
11	赤飯/ごま塩	あずき		こめ・もちこめ・ごま		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	チキンクリスピー	とりにく		あぶら・こむぎこ・さとう	640	784
	ひじき和え	ひじき	こまつな・キャベツ・にんじん		23.1	27.3
	すまし汁	とうふ・はんぺん	にんじん・しめじ・ねみつば		29	27
水	お祝いゼリー			お祝いゼリー	2.1	2.3
12	丸型横割りパン			パン		
	ハンバーグのケチャップソースがけ	ぶたにく・とりにく	たまねぎ	パンこ・さとう		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			601	799
	パンネのソテー	まぐろ	あかピーマン・たまねぎ・とうもろこし にんにく	オリーブゆ・パンネ	28.7	37.2
	ポトフ	とりにく	だいこん・キャベツ・にんじん	あぶら・じゃがいも	34	32
木					3.1	4.2
13	ごてんばコシヒカリごはん			こめ		
	中華丼の具	いか・うすらたまご・なるとまき ぶたにく	はくさい・たまねぎ・にんじん・しいたけ だけのご・しょうが	あぶら・でんぷん		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			641	831
	揚げシュウマイ	えび・たら	たまねぎ	あぶら・さとう・パンこ・こむぎこ でんぷん	25.1	30.6
	もやしの塩ダシあえ	小 2個 中 3個	もやし・にんじん・きゅうり	ごま・ごまあぶら	30	29
金				2.2	2.8	
16	ごてんばコシヒカリごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	鮭のチャンチャン焼き	さけ・みそ	キャベツ・たまねぎ・とうもろこし	あぶら・さとう・バター	599	754
	五目きんぴら	ぶたにく	ごぼう・こんにゃく・にんじん・さやいんげん	ごまあぶら・ごま	29.1	35.0
	かきたま汁	たまご・とうふ	えのきだけ・にんじん・こまつな	でんぷん	25	21
月				2.5	2.8	
17	角食パン			パン		
	いちごジャム			いちごジャム		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			667	828
	チリコンカン	ぶたにく・しろいんげんまめ あかいんげんまめ	にんじん・たまねぎ・マッシュルーム グリーンピース・トマト・にんにく	あぶら・さとう	23.9	28.7
	さといもコロッケ	とりにく	たまねぎ・とうもろこし・にんじん	あぶら・さとう・こむぎこ・パンこ じゃがいも・さといも・こめこ	28	28
火	フルーツのゼリー和え		パイナップル・みかん・おうとう	みかんゼリー	2.5	3.3
18	ごてんばコシヒカリごはん			こめ		
	ビビンバの具(肉の炒め煮)	ぶたにく・みそ	ねぶかねぎ・ぜんまい・にんにく	あぶら・さとう		
	ビビンバの具(ナムル)		もやし・にんじん・ほうれんそう	ごまあぶら・ごま・ラー油・さとう	599	742
	ビビンバの具(錦糸たまご)	たまご		あぶら・さとう・でんぷん	26.3	31.2
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25	23
水	ワンタンスープ	やきぶた・ぶたにく・みそ	しいたけ・にんじん・たまねぎ・ねぶかねぎ キャベツ・しょうが	あぶら・でんぷん・さとう・こむぎこ	24	2.9
<b>こめこの日</b>						
19	ごてんばコシヒカリごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	とりにくのねぎ焼き	とりにく	ねぶかねぎ・にんにく	さとう	593	738
	もやしとコーンのあえもの		キャベツ・もやし・とうもろこし	あぶら・さとう	23.8	28.2
	新じゃがのみそ汁	とうふ・みそ・あぶらあげ・わかめ	ねぶかねぎ	じゃがいも	28	25
木					2.3	2.8

日 曜日	こんだて	おもに体をつくる もとなる食べ物	おもに体の調子を整える もとなる食べ物	おもにエネルギーの もとなる食べ物	栄養価	
					小学校	中学校
20 金	りんごチップロールパン		りんご	パン	614 26.5 32 2.8	824 34.1 30 3.7
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	オムレツのクリームソース	ぎゅうにゅう・たまご	マッシュルーム	さとう		
	ハムとキャベツのソテー	ハム	キャベツ・あかピーマン・とうもろこし にんにく	オリーブゆ		
	肉団子と野菜のスープ	とりにく	にんじん・たまねぎ・もやし・セロリ さやいんげん	むぎ・あぶら・パンこ・でんぷん さとう		
23 月	ソフトめん			ソフトめん	627 24.3 29 2.5	764 29.3 27 3.0
	ミートソース	ぶたにく・だっしふんにゅう	たまねぎ・にんじん・にんにく・パセリ マッシュルーム・トマト	あぶら・さとう		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ほうれん草のペペロンチーノ風	ベーコン 	ほうれんそう・もやし・にんじん・にんにく	オリーブゆ		
	フライドカレーポテト			あぶら・じゃがいも		
24 火	ごてんばコシヒカリごはん			こめ	601 24.2 27 1.9	753 28.9 25 2.2
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	厚焼きたまご	たまご		さとう・でんぷん		
	たけのこの土佐煮 	とりにく	たけのこ、にんじん	さとう・あぶら		
25 水	ごてんばコシヒカリごはん			こめ	631 26.8 27 1.5	805 32.5 25 1.8
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ホイコーロー	ぶたにく・みそ	キャベツ・ピーマン・あかピーマン・にんにく しょうが	さとう・あぶら・でんぷん		
	焼きぎょうざ 	ぶたにく・とりにく	キャベツ・にら・しょうが	こむぎこ・あぶら・こまあぶら		
26 木	角食パン			パン 	675 28.1 35 3.0	815 33.6 33 3.7
	黒豆きなこクリーム			くろまめきなこクリーム		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	キャベツメンチカツ	とりにく	キャベツ	パンこ・さとう・でんぷん・こむぎこ		
	イタリアンサラダ		キャベツ・きゅうり・あかピーマン とうもろこし			
27 金	ごてんばコシヒカリごはん			こめ	632 27.0 28 1.9	800 32.5 26 2.4
	親子丼の具 	とりにく・たまご・なるとまき	たまねぎ・にんじん・たけのこ・しいたけ グリーンピース	あぶら・でんぷん・さとう		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	メヒカリのから揚げ	メヒカリ		あぶら・でんぷん・こむぎこ		
	もやしのごま酢あえ		もやし・きゅうり	ごま・さとう		

※都合により、献立内容を変更させていただく場合があります。

※上記の食品以外にも使用する場合があります。  
アレルギー食材の確認など詳細につきましては、西学校給食センターにお問い合わせください。

※19日の「みそ汁」は、たくみの郷で作られた手作りみそを一部使用する予定です。

※ごはんは、すべてごてんばコシヒカリ100%です。



基準量	エネルギー(kcal)	
	たんぱく質(g)	24 (18~32)      30 (25~40)
	しぼう(%)	25~30      25~30
	食塩(g)	2.5      3.0

## ちょうりいんさんのしごと



## こんにちは！西学校給食センターです

西学校給食センターでは、原里小学校、玉穂小学校、御殿場小学校、印野小学校、原里中学校、御殿場西中学校の計6校を担当しています。

今年度も職員一同力を合わせ、安心、安全でおいしい給食づくりを心がけていきます。  
どうぞよろしくお願いいたします！！

