

3月

# 学校給食予定献立表



だて歴史の杜食育センター

平成30年度 第535号

月		火		水		木		金																									
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名																								
<p>●牛乳は毎日つきます。 ●食器は定数どおり入れ、上向きにしてコンテナに入れてください。 ●お玉、トング、ごはんへらは食具専用かごの中に入れてください。 ●スプーンはメニューに合わせつきます。同じ方向に入れて止め、スプーン専用かごに入れてください。 ●はしは毎日持参してください。 ●都合により献立の一部が変更される場合があります。</p> <p>※材料上段数字は、上がエネルギー、下がたんぱく質です。 ※お魚には骨が付いている場合もあります。ささらないように取り除くなど注意して食べましょう。</p>																																	
<p><b>塩分・脂質平均栄養価は</b></p> <table border="1"> <tr> <td>低学年</td> <td>656</td> <td>塩分g</td> <td>2.4</td> <td>脂質g</td> <td>20.5</td> </tr> <tr> <td>中学年</td> <td>694</td> <td></td> <td>2.5</td> <td></td> <td>21.1</td> </tr> <tr> <td>高学年</td> <td>731</td> <td></td> <td>2.7</td> <td></td> <td>21.7</td> </tr> <tr> <td>中学生</td> <td>807</td> <td></td> <td>3.0</td> <td></td> <td>23.1</td> </tr> </table>										低学年	656	塩分g	2.4	脂質g	20.5	中学年	694		2.5		21.1	高学年	731		2.7		21.7	中学生	807		3.0		23.1
低学年	656	塩分g	2.4	脂質g	20.5																												
中学年	694		2.5		21.1																												
高学年	731		2.7		21.7																												
中学生	807		3.0		23.1																												
<p><b>3月分の給食費の口座振替日は、4月1日(月)になります。</b></p> <p>※残高不足にご注意下さい。</p>																																	
4	わかめごはん わかめごはんの素 なめこおろし汁 真鱈のスパイス揚げ 白菜のおかか和え	(低)535 (中)578 (高)618 (中学)662 低21.0 中22.0 高22.8 中学23.9 塩蔵わかめ、食塩、砂糖、酵母エキス なめこ、大根、人参、長ねぎ、豆腐、みそ かつおだし 真鱈、小麦粉、でん粉、食塩調味料(アミノ酸等)、粉末しょうゆ、糖類、香辛料(原材料の一部に小麦、大豆を含む)	5	ごはん 大根のそぼろ煮 豚肉コロッケ (小袋ソース) きゅうりとツナのと風和風サラダ	(低)745 (中)798 (高)848 (中学)919 低28.1 中29.9 高31.5 中学35.4 大根、生姜、でん粉、つきこんにやく、人参、絹厚揚げ、むき枝豆、鶏ひき肉、三温糖、みりん、清酒、しょうゆ、かつおだし じゃがいも、豚肉、玉葱、乾燥マッシュポテト、豚脂、パン粉、小麦粉、植物油、コーンフラワー、デキストリン、還元水あめ、でん粉、砂糖、食塩、香辛料、炭酸カルシウム、ピロリン酸鉄(原材料の一部に豚肉、小麦、大豆を含む)	6	茹でスパゲティ ベーコンとほうれん草のクリームスパゲティ チキンロイヤルカツ	(低)658 (中)682 (高)702 (中学)768 低26.3 中27.0 高27.8 中学30.1 ベーコン(原材料の一部に卵、乳、豚肉、大豆を含む)、玉葱、ほうれん草、しめじ水煮、コーン牛乳、チーズ、白ワイン、こしょう、チキンコンソメ、ベシメルソース、シチュールー、食塩(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉、鶏肉、乳を含む)	7	ナン キーマカレー (乳アレルギー対応) フルーツゼリー和え 飲むヨーグルト	(低)648 (中)663 (高)680 (中学)832 低23.0 中24.3 高25.6 中学30.9 (原材料の一部に小麦、大豆を含む) 豚ひき肉、大豆そぼろ、人参、玉葱、ハセリんにんにく、フライオニオン、赤ワインウスターソース、トマトケチャップ、カレー粉、カレールー うんしゅうみかん缶、白桃缶、りんご缶、白玉もち(原材料の一部に大豆を含む)、上白糖、カクテルゼリー(原材料の一部にりんご、大豆、ももを含む) ※この日は、牛乳の代わりに飲むヨーグルトが付きまします	8	ごはん おやこ 親 子 丼 コーン焼売 2コ	(低)635 (中)687 (高)736 (中学)804 低26.6 中28.8 高31.0 中学34.3 鶏肉、しらたき、刻み揚げ、玉葱、人参、長ねぎ、たけのこ、鶏卵、三温糖、みりん、清酒、しょうゆ、かつおだし どうもろこし、魚肉すり身、玉葱、豚脂、でん粉加工食品、難消化性デキストリン、パン粉、みりん、植物性たんぱく質、小麦粉、大豆粉、砂糖、食塩、水あめ混合異性化液糖、酵母エキス、パウダー、ピロリン酸鉄、乳化剤(原材料の一部に魚介類、豚肉、小麦、大豆を含む)																			
11	ごはん 白玉汁 さばの味噌煮 金平ごぼう 卒業祝いデザート ももいるミルクレープ	(低)647 (中)694 (高)740 (中学)810 低23.7 中25.0 高26.1 中学29.3 白玉もち、鶏肉、刻み揚げ、大根、長ねぎ、人参、みりん、清酒、食塩、かつおだし、しょうゆ さば、小麦粉、みそ、グラニュー糖、発酵調味料(原材料の一部にさば、小麦、大豆を含む) ごぼう、つきこんにやく、人参、さやいんげん、みりん、豚肉、ごま油、白ごま、三温糖、しょうゆ、かつおだし 乳等を主要原料とする食品、黄種シラップ(漬け)、鶏卵、水あめ、小麦粉、グラニュー糖、植物油、炭酸粉、乳、果糖ぶどう糖液、白桃ピューレ、香料、マーガリン、シニア、砂糖、全卵乳、トマーレ、ゼラチン、洋酒、乾燥卵白、食塩、加工でん粉、乳化剤、香料、アミノ酸着色料、酸味料、pH調整剤(原材料の一部に乳、卵、大豆、もも、小麦、ゼラチンを含む)	12	ごはん とり鶏 塩 なべ鍋 はる春 巻き かぼちゃ 南瓜バターの醤油煮	(低)696 (中)744 (高)792 (中学)851 低23.0 中24.5 高26.2 中学28.7 鶏肉、とり団子(原材料の一部に鶏肉、豚肉、小麦、大豆を含む)、しらたき、焼き豆腐、長ねぎ、白菜、えのきたけ、清酒、かつおだし(原材料の一部に大豆を含む) 鶏塩麹(原材料の一部に小麦、大豆、鶏肉を含む) キャベツ、玉葱、人参、豚肉、難消化性デキストリン、卵黄、コーンパウダー、ポークペースト、びんご、生油、小麦粉、植物油、みりん、還元水あめ、でん粉、しょうゆ、グラニュー糖、食塩、オキスターソース、調味料(アミノ酸等)、香料、加工でん粉、ピロリン酸鉄、増粘剤、乳化剤、アミノ酸(原材料の一部に豚肉、ゼラチン、小麦、ごま、大豆を含む)	13	茹でうどん 関西風うどん さつまいももち	(低)598 (中)617 (高)636 (中学)711 低26.4 中27.9 高29.4 中学33.6 鶏肉、刻み揚げ、人参、長ねぎ、みりん、清酒、食塩、関西風うどんだし(原材料の一部に小麦、大豆を含む) さつまいも、ばいりしよ、砂糖、加工でん粉、小麦粉加工品、食塩、バーム油、甘味料、調味料(有機酸等)、香料(原材料の一部に小麦を含む)	14	コッパン ウインナーと野菜のケチャップ煮 ハーブチキン キャベツのサラダ ブルーベリージャム	(低)661 (中)683 (高)699 (中学)818 低27.9 中28.5 高29.1 中学33.2 ウインナー(原材料の一部に豚肉を含む)、玉葱、じゃがいも、人参、マッシュルーム、さやいんげん、赤ワイン、食塩、こしょう、トマトケチャップ、電カラスープ、甘口チリソース(原材料の一部に小麦、大豆、りんご、鶏肉を含む) 鶏肉、砂糖、液体塩こうじ、食塩、植物油、香辛料、たん加水分解物、加工でん粉、重曹(原材料の一部に鶏肉を含む) キャベツ、まろ水煮(ぼくろ、食塩)、きゅうり、人参、玉葱、長ねぎ、ほうれん草、もやし、生姜、にんにく、白ごま、清酒、しょうゆ、豆板糖、三温糖、焼肉のたれ(原材料の一部に小麦、りんご、もも、大豆、ごま、豚肉を含む) ブルーベリー、砂糖、水あめ、ゲル化剤、酸味料、pH調整剤	16	ごはん 中華スープ ショーロンポー 2コ ビビンバ	(低)662 (中)713 (高)763 (中学)830 低26.4 中28.1 高29.7 中学32.7 チャーシュー(原材料の一部に豚肉、小麦、大豆を含む)、白菜、玉葱、人参、もやし、長ねぎ、春雨、しょうゆ、食塩、こしょう、白ごま、しょうゆ、ラーメンスープ(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉、鶏肉、魚介類、ごまを含む) 豚肉、鶏肉、キャベツ、玉葱、たけのこ、生姜、豚脂、砂糖、難消化性デキストリン、春雨、しょうゆ、でん粉、植物油、オキスターソース、発酵調味料、食塩、香辛料、小麦粉、小麦たんぱく、ピロリン酸第二鉄、加工でん粉(原材料の一部に豚肉、鶏肉、大豆、小麦、ごまを含む) 味付豚肉(原材料の一部に豚肉、大豆、小麦、りんご、ごまを含む)、人参、長ねぎ、ほうれん草、もやし、生姜、にんにく、白ごま、清酒、しょうゆ、豆板糖、三温糖、焼肉のたれ(原材料の一部に小麦、りんご、もも、大豆、ごま、豚肉を含む)																			
18	ごはん さつま汁 ホッケフライ ジンギスカン	(低)678 (中)723 (高)764 (中学)849 低27.1 中28.2 高29.0 中学32.6 さつまいも、つきこんにやく、人参、長ねぎ、ごぼう、かつおだし、みそ ホッケ、小麦粉、食塩、イースト、ショートニング、ぶどう糖、イーストフード、加工でん粉、でん粉、膨張剤、増粘多糖類、微粒二酸化ケイ素(原材料の一部に小麦、大豆を含む) 味付きラム肉(原材料の一部に小麦、ごま、大豆を含む)、玉葱、人参、もやし、ピーマン、焼肉のたれ、生姜、にんにく、清酒、こしょう(原材料の一部に小麦、りんご、もも、大豆、ごま、豚肉を含む)	19	ごはん 麦入りごはん チキンカレー (乳アレルギー対応) みかんヨーグルト	(低)678 (中)739 (高)798 (中学)879 低22.2 中23.7 高25.6 中学28.2 鶏肉、じゃがいも、玉葱、人参、にんにく、豆乳クリーム、赤ワイン、フランソワーズ、なるとスライス、トマトピューレ、食塩、チキンコンソメ、しょうゆ、カレールー うんしゅうみかん缶、夏みかん缶、ヨーグルト、上白糖	20	茹でラーメン しょうゆラーメン チヂミ (小袋ソース)	(低)614 (中)622 (高)631 (中学)708 低26.0 中27.0 高27.9 中学31.6 チャーシュー(原材料の一部に豚肉、小麦、大豆を含む)、もやし、長ねぎ、カットわかめ、こしょう、チキンコンソメ、なるとスライス(原材料の一部に小麦を含む)、しょうゆ、ラーメンスープ(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉、鶏肉、魚介類、ごまを含む) 小麦粉、ねぎ、いかに、もち米粉、人参、食塩、かつおだしエキス、植物油(原材料の一部に小麦、いかに、米を含む)	22	ごはん 麻婆春雨 焼きむつきぎょうざ 2コ もやしのナムル	(低)616 (中)665 (高)708 (中学)778 低24.4 中25.8 高26.9 中学30.2 豚ひき肉、春雨、長ねぎ、ピーマン、人参、たけのこ、生姜、にんにく、でん粉、三温糖、清酒、しょうゆ、電カラスープ、麻婆豆腐の素(原材料の一部に小麦、大豆、鶏肉、豚肉を含む) キャベツ、小麦粉、鶏肉、豚脂、豚脂、玉葱、にんにく、なたね油、粒状大豆たんぱく質、食塩、食塩、清酒、赤ワイン、でん粉、たん加水分解物、もち米粉、しょうゆ、香辛料、オキスターソース、調味料(アミノ酸等)、砂糖、酵母エキス、チカラフル、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、香料、ピロリン酸第二鉄、ピロリン酸鉄、増粘剤、増粘多糖類(原材料の一部に小麦、鶏肉、豚肉、大豆、ごまを含む) もやし、きゅうり、人参、ささみ水煮(ささみ、食塩、重曹)、中華ドレッシング(原材料の一部に小麦、大豆、りんご、ごま、鶏肉を含む)																						

学校給食費は1食あたりの金額に、年間食数を乗じたものが年間給食費になります。これを12ヶ月で均等割したものが月々の給食費です。(端数は3月)  
学校行事等により年間食数を消化できない場合があります。(学校・学年で異なります。)  
この場合、3月の給食費で調整されます。

例) 小学校6年生 年間消化数が188食(通常190食)で2食余った場合  
3月分請求額 3,270円-486円(1食243円×2)=2,784円

3月は年度末です。平成30年度給食費の納め忘れがないように注意してください。事情により、納めることができない場合は、必ず納付相談を行ってください。

○納付相談 平日9時～17時まで  
○だて歴史の杜食育センター 電話 23-4019  
※来所時間を事前にご連絡いただければ都合のよい時間にお待ちします。

給食費未納の世帯については食育センター職員が家庭・職場訪問いたします。