

日	曜日	献立名			主な材料とその働き			栄養価		
		主食	牛乳	副食	(黄) エネルギーになる	(赤) 体をつくる	(緑) 体の調子を整える	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	塩分 (g)
8	水	*こくとうパン	○	アンサンブルエッグ とりにくのチンドロン グリーンサラダ (イタリアドレッシング)	パン こくとう さとう じゃがいも あぶら でんぶん こむぎこ オリーブオイル	ぎゅうにゅう たまご チーズ ベーコン とりにく	にんじん たまねぎ なす にんにく スズキニ しめじ あかピーマン きピーマン トマト パセリ きゅうり ブロッコリー キャベツ	632	28.3	2.6
9	木	ごはん	○	さばてりやき みそしる *りんごゼリー きりぼしだいこんのもの	こめ さとう さんおんとう	ぎゅうにゅう わかめ どうふ さば さつまあげ みそ あぶらあげ	にんじん キャベツ ながねぎ ししいたけ きりぼしだいこん りんご	609	27.4	2.1
10	金	ごはん	○	キャベツメンチカツ すましじる さつまいものサラダ	こめ あぶら さつまいも パンこ さとう でんぶん	ぎゅうにゅう ツナ とりにく どうふ	にんじん たまねぎ あかピーマン キャベツ ながねぎ えのきだけ ほうれんそう こまつな しょうが にんにく	677	27.1	2.5
13	月	ごはん	○	あじフライ さつまじる ひじきのサラダ	こめ あぶら さつまいも こむぎこ パンこ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ どうふ ひじき あじ	にんじん だいこん ながねぎ えだまめ こまつな コーン ブロッコリー たまねぎ ごぼう カリフラワー あかピーマン	644	24.9	2.1
14	火	ごはん	○	とうふハンバーグおろしソース けんちんじる スタミナにらたまいため	こめ さとう でんぶん あぶら さといも パンこ	ぎゅうにゅう ぶたにく どうふ とりにく たまご	にんじん だいこん しょうが ながねぎ ごぼう たまねぎ にんにく にら	648	30.5	3.2
15	水	*バターロール	○	チキンカツ やさいのミルクスープ ポテトサラダ (マヨネーズハーフ)	パン あぶら じゃがいも パンこ マヨネーズ こむぎこ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり コーン ほうれんそう	681	24.4	2.7
16	木	ごはん	○	いりたまご ごじる ぶたそぼろ	こめ さとう あぶら さといも	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく だいず どうふ どうふにゅう みそ	にんじん だいこん しょうが ほうれんそう ながねぎ ししいたけ グリーンピース	650	27.8	2.4
17	金	ごはん	○	かいせんしゅうまい② マーボどうふ *おめでとうデザート パンパンジーサラダ	こめ さとう パンこ あぶら でんぶん ごま ごまあぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう たら ぶたにく とりにく みそ どうふ だいず どうふにゅう いか	にんじん たまねぎ なら しょうが にんにく もやし ししいたけ たけのこ きゅうり キャベツ いちご	714	29.2	3.4
20	月	ごはん	○	チキンカレー ヨーグルトあえ (まんでんくろまめ)	こめ さとう あぶら じゃがいも カレーウ ゼリー	ぎゅうにゅう とりにく こなチーズ スキムミルク ヨーグルト くるまめ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが ほうれんそう おうとう パインアップル	754	25.4	2.2
21	火	ごはん	○	はるまき ワンタンスープ あつあげのピリッといため	こめ さとう あぶら でんぶん こむぎこ ごまあぶら はるさめ	ぎゅうにゅう ぶたにく なると あつあげ とりにく	にんじん はくさい もやし たけのこ にんにく しょうが にんにく たまねぎ ながねぎ キャベツ	770	26.0	3.0
22	水	*コッペパン (いちごジャム)	○	シルバーレモンふうみやき キャベツのクリームに ほうれんそうとコーンのソテー	パン さとう あぶら マカロニ マヨネーズ パンこ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン シルバー	にんじん たまねぎ キャベツ もやし ほうれんそう いちご パセリ レモン コーン	616	29.2	2.6
23	木	ごはん	○	とんかつ なめごじる *ソファール ごまあえ	こめ でんぶん さとう パンこ ごま ごまあぶら あぶら	ぎゅうにゅう わかめ どうふ ぶたにく だいず スキムミルク あぶらあげ みそ	にんじん だいこん なめこ ながねぎ はくさい こまつな	712	27.7	2.3
24	金	ごはん	○	さけしおやき かきたまじる ごぼうとぎゅうにくのもの	こめ さとう でんぶん あぶら	ぎゅうにゅう さけ たまご とりにく なると ぎゅうにく	にんじん たまねぎ ほうれんそう ごぼう	615	32.2	2.8
27	月	ごはん	○	さわらつつたあげ とんじる ひじきのもの	こめ さといも でんぶん さんおんとう あぶら	ぎゅうにゅう さわら ぶたにく どうふ みそ ひじき さつまあげ あぶらあげ だいず	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ	615	26.6	2.3
28	火	ごはん	○	ぎょうざ② あつまあげのちゅうかに ナムル	こめ あぶら さとう でんぶん こむぎこ ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ほしえび あつまあげ	にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ もやし ししいたけ こまつな しょうが キャベツ にんにく にら	674	25.6	2.3
地産地消献立『千葉を味わおう』 ●千葉県は温暖な気候のため、農業・漁業・畜産業が盛んに行われていた食材に恵まれた県です。千葉県産の食材をふんだんに使った献立をぜひ味わって下さい。										
30	木	ごはん	○	ちばけんさんたまごのあつやきたまご ぶたどんのぐ(ひとくちぎゅうにゅうプリン) ゆでやさい (わふうごまドレッシング)	こめ さとう あぶら ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご	にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ マッシュルーム	654	30.7	2.8
★材料・その他の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。*は学校直送品です。							今月の平均	666	27.6	2.5
★この献立表は主な材料のみ記載しております。アレルギー対応の資料ではありません。							児童8~9歳の 基準値	650	21.1~ 32.5	2未満
★魚には骨があります。注意して食べましょう。										
★4月分の給食費の引き落としは6月1日(月)です。口座を確認し残高不足のないようお願いいたします。										

※ ご入学・ご進級おめでとうございます ※

香取市学校給食センターでは、子どもたちの身の成長を支えるため、栄養バランスを考えた安心安全な給食を提供していきます。おいしい給食になるよう頑張りますので、よろしくお願いたします。

★保護者の皆様へ  
4月26日(日)は  
香取市長選挙 および  
香取市議会議員補欠選挙  
の投票日

忘れずに投票しましょう!



## 4月分給食用食材の産地(予定)

品名	産地(予定)
米	香取市
牛乳	千葉県
じゃが芋	北海道 長崎県 鹿児島県
さつまいも	香取市
キャベツ	千葉県
きゅうり	千葉県
ごぼう	香取市
大根	千葉県
にら	香取市
にんじん	香取市
白菜	茨城県
緑豆もやし	栃木県
こまつな	香取市
長ねぎ	香取市 千葉県
玉ねぎ	北海道
マッシュルーム	香取市
豚肉	千葉県
鶏肉	香取市 千葉県 青森県
牛肉	オーストラリア

●当日の市場の入荷状況により、産地が変更になる場合があります。