



# 4月の献立表

新座市立第二中学校

日付	飲み物	こんだて	おもな食品	1人あたり (kcal) 外質 (g)
☆☆☆☆☆ ご入学 進級 おめでとう献立 ☆☆☆☆☆				
12 (木)	牛乳	ちらし寿司	米 麦 昆布 えび 人参 かんぴょう 干しいたけ 高野豆腐 鶏卵 きぬさや 醤油 酒 みりん 酢 塩 サラダ油	851 32.2
		とりの唐揚げ	鶏肉 にんにく しょうが 酒 醤油 ごま油 片栗粉 小麦粉 サラダ油	
		胡麻和え	小松菜 人参 もやし 醤油 ごま油 砂糖 白ごま	
		グレープゼリー	ぶどう果汁 砂糖 ぶどう糖果糖液糖 ゲル化剤 ほか	
13 (金)	牛乳	五目あんかけ焼きそば	蒸し中華麺(小麦粉 食塩 かんすい) にんにく しょうが 豚肉 人参 玉葱 筍 干しいたけ えび いか うずら卵 もやし はくさい 青梗菜 酒 砂糖 塩 醤油 酢 片栗粉 サラダ油	895 40.3
		二色春巻	春巻きの皮 レバー入りウインナー チーズ 小麦粉 サラダ油	
16 (月)	牛乳	キャロットピラフ	米 麦 鶏肉 ベーコン 人参 玉葱 セロリー コーン ほうれん草 バター 白ワイン 塩 こしょう サラダ油	791 38.7
		蒸し鶏のクリームソース	鶏肉 玉葱 エリンギ シメジ 牛乳 バター 生クリーム チーズ 小麦粉 サラダ油 白ワイン 塩 こしょう パプリカ	
		小松菜サラダ	小松菜 人参 コーン キャベツ ハム サラダ油 酢 砂糖 レモン汁 塩 こしょう 辛子	
17 (火)	牛乳	麦ご飯 手作りふりかけ	米 麦 ゆかり 白ごま わかめ ちりめんじゃこ かつお節 塩	779 30.9
		肉じゃが	豚肉 糸こんにゃく(白) 玉葱 人参 じゃがいも サラダ油 酒 砂糖 みりん 醤油	
		キャベツの即席漬け	キャベツ ぎゅうり 人参 塩 醤油 一味唐辛子	
18 (水)	牛乳	きな粉揚げパン	米粉パン きな粉 砂糖 塩 サラダ油	726 33.2
		豆腐入り肉団子スープ	豚肉 鶏肉 鶏卵 豆腐 切干大根 しょうが 干しいたけ 人参 玉葱 キャベツ 春雨 片栗粉 酒 醤油 ごま油 塩 こしょう	
		いちご2個	いちご	
19 (木)	牛乳	親子うどん	うどん 鶏肉 鶏卵 ほうれん草 わかめ 人参 ねぎ 削り節(かつお・鯖) 酒 砂糖 みりん 醤油 片栗粉	735 38.6
		笹かまぼこのりごま揚げ	笹かまぼこ(卵白不使用) 小麦粉 鶏卵 青のり 黒ごま サラダ油	
		手作りみかんゼリー	みかんジュース ゼラチン 寒天 砂糖	
20 (金)	牛乳	キムチチャーハン	米 麦 鶏肉 キムチ 切干大根 ねぎ たら 塩 こしょう 酒 醤油 豆板醤 ごま油 サラダ油	733 28.3
		ワンタンスープ	豚肉 ワンタンの皮 人参 もやし ねぎ しょうが にんにく 鳥ガラ 酒 塩 こしょう 醤油 ごま油 サラダ油	
		F eヨーグルト	砂糖 乳製品 果汁(パイン・りんご・もも・オレンジ・みかん) 寒天 ほか	
23 (月)	牛乳	ひじきご飯	米 麦 鶏肉 油揚げ 昆布 人参 ひじき 醤油 酒 砂糖 みりん	767 32.4
		あじの磯フライ	鱈 鶏卵 小麦粉 白ごま 青のり パン粉 塩 こしょう 中濃ソース サラダ油	
		おかか和え	小松菜 人参 もやし かまぼこ(卵白なし) ごま油 醤油 みりん 塩 かつお節	
24 (火)	牛乳	味噌ラーメン	蒸し中華麺(小麦粉 食塩 かんすい) にんにく しょうが 豚肉 人参 キャベツ もやし コーン 酒 塩 醤油 ラー油 ごま油 塩 豆板醤 鳥ガラ 豚骨	876 34.8
		野菜餃子	餃子の皮 豚肉 玉葱 キャベツ たら しょうが にんにく 塩 こしょう 醤油 ごま油 サラダ油 片栗粉 小麦粉	
25 (水)	牛乳	カレーライス	米 麦 豚肉 玉葱 人参 じゃがいも にんにく しょうが 小麦粉 カレー粉 醤油 蜂蜜 ウスターソース トマトケチャップ 赤ワイン 塩 こしょう サラダ油 鳥ガラ	844 24.6
		海藻サラダ	大根 ぎゅうり 人参 玉葱 海藻ミックス ツナ サラダ油 ごま油 酢 醤油 塩 こしょう	
26 (木)	牛乳	たけのこご飯	米 麦 鶏肉 人参 筍 油揚げ 酒 砂糖 醤油 昆布 けずり節(かつお・鯖)	796 37.0
		鯖の西京味噌だれ	さわら 酒 塩 片栗粉 サラダ油 西京味噌 砂糖 みりん 醤油 昆布	
		磯和え	ほうれん草 えのき 酒 醤油 みりん 刻みのり	
27 (金)	牛乳	ミートビーンズスパゲティ	スパゲティ 豚肉 鶏肉 鶏レバー チーズ 大豆 玉葱 人参 しょうが にんにく 赤ワイン トマトケチャップ・ピューレ ウスターソース 醤油 塩 こしょう サラダ油	830 36.3
		ツナサラダ	キャベツ 大根 ブロッコリー 人参 ツナ サラダ油 酢 醤油 塩 こしょう ごま油	

## ☆給食のお知らせとお願い☆



- 給食費は1ヶ月4,700円(1食あたり285円)です。郵便局の指定口座より、毎月10日に引き落とされます。残高確認のご協力をお願いいたします。
- 病気、入院等で連続して5日以上給食を食べないことがあらかじめわかっている場合、給食を停止して給食費をお返しいたします。担任の先生を通じてご連絡ください。
- 毎月、給食だより/予定献立表を配布します。家庭内の目立つところに張り、ぜひお子様との話題にしてください。また、都合により献立予定表にない材料を使用したり、献立が変更になる場合もあります。
- 給食当番の白衣やテーブルクロス洗濯にご協力をお願いいたします。