

Bコース		
境野中	桜木中	黒保根小
梅田中	相生中	黒保根中
川内中	中央中	
広沢中	清流中	

令和6年4月

# 中学校学校給食予定献立表



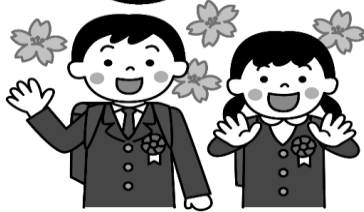
献立のねらい: 配りやすく食べやすい献立

桐生市学校給食中央共同調理場

日 曜日	献立名		はし・スプーン	使用する主な食品と体内での働き						栄養価			
				あか 体をつくる 【1群】		みどり 体の調子を整える 【3群】		きいろ エネルギーになる 【5群】		たんぱく質	脂質	kcal	たんぱく質
				魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色 野菜	その他の野菜・果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実				
たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC	炭水化物	脂質	g	g						
9 火	ツイストロール 牛乳	アスパラとベーコンのスパゲッティ コーンサラダ アーモンド小魚	は	ベーコン	ぎゅうにゅう こざかな	アスパラ にんじん	たまねぎしめじ キャベツコーン きゅうり	パン、スパゲッティ さとう	バター、あぶら アーモンド	818	30.5		
10 水	ごはん 牛乳	ビビンバ(肉みそ) ビビンバ(ナムル) トック入りスープ	ス	ぶたにく だいず とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ほうれんそう	もやし、たまねぎ にんにく、えのきたけ しいたけ	ごはん、こんにやく さとう、トック	あぶら、ごまあぶら ドレッシング、ごま	754	30.8		
11 木	ミルクパン 牛乳	チキンカツ こんにやくサラダ コンソメスープ	ス	とりにく ウインナー	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	キャベツ、たまねぎ コーン、きゅうり	パン、こんにやく パンこ	あぶら ドレッシング	832	31.7		
12 金	ごはん 牛乳	豆腐のうま煮 ポークシウマイ③ 中華和え	はス	ぶたにく、だいず とうふ、あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	しいたけ、たまねぎ にんにく、しょうが もやし、キャベツ	ごはん、さとう しゅうまいのかわ かたくりこ	あぶら、ごま ごまあぶら	765	31.0		
15 月	ごはん 牛乳	春巻 春雨サラダ ワントンスープ	は	とりにく、だいず ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ、きゅうり もやし、メンマ	ごはん、はるさめ さとう、ワントン はるまきのかわ	あぶら、ごま ごまあぶら	873	23.4		
16 火	キャロットパン 牛乳	ハンバーグBBQソース キャベツときゅうりのサラダ トマトスープ	ス	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	トマト	キャベツきゅうり コーン、たまねぎ にんにく	パン、さとう じゃがいも	あぶら	852	33.2		
17 水	ごはん 牛乳	ソースメンチ おかかあえ わかめのみそしる	は	ぶたにく、とりにく とうふ、あぶらあげ みそ、かつおぶし	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	もやし、えのきたけ きゅうり、ねぎ たまねぎ	ごはん、さとう かたくりこ パンこ	あぶら	826	28.5		
18 木	小ロールパン 牛乳	やきそば 3色サラダ お祝いデザート	はス	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ、キャベツ もやし、コーン	パン、スパゲッティ おいおいデザート	あぶら ドレッシング	818	28.8		
19 金	ごはん 牛乳	アジフライ【ソ】 切り干し大根の炒め煮 春キャベツのみそ汁	は	あじ、さつまあげ みそ、あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ、だいこん キャベツ、ねぎ	ごはん、しらたき パンこ、さとう	あぶら	756	26.6		
22 月	ごはん 牛乳	チキンカレー まめまめサラダ 福神漬	ス	とりにく、だいず	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ、りんご、キャベツ ふくじんづけ、コーン にんにく、えだまめ	ごはん、さとう じゃがいも	あぶら	789	26.5		
23 火	黒パン 牛乳	コロケ【ソ】 ツナサラダ ABCスープ	ス	ツナ、とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ、きゅうり コーン、たまねぎ	パン、パンこ じゃがいも、マカロニ	あぶら ドレッシング	801	29.8		
24 水	ごはん 牛乳	鶏のから揚げ③ ごまあえ 野菜と油揚げのやまびこみそ汁	は	とりにく、とうふ あぶらあげ、みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ、もやし ねぎ、たまねぎ だいこん	ごはん、さとう こむぎこ	あぶら ごま	801	27.7		
25 木	小ココアパン 牛乳	ペンネマカロニのミートソース 大根サラダ 角チーズ	ス	ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ わかめ	トマト にんじん	たまねぎ、マッシュルーム グリーンピース、だいこん キャベツ	パン、マカロニ さとう	あぶら バター	757	28.8		
26 金	ごはん 牛乳	そばろごはんの具 野菜の和風ごまマヨネーズ和え じゃがいものみそ汁	はス	とりにく、だいず あぶらあげ、とうふ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ブロッコリー	たまねぎ、キャベツ しょうが、きゅうり	ごはん、さとう じゃがいも	あぶら、ごま マヨネーズ(ノンエッグ)	765	30.7		
30 火	ブランコッペ 牛乳	クリームシチュー コールスローサラダ スライスパン	ス	とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん	たまねぎ、キャベツ コーン、きゅうり パインアップル	ぱん、じゃがいも さとう	あぶら	800	31.6		
								中学校月平均	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)	
									800	29.3	25.6	3.5	

\*材料の都合により多少献立が変わることがあります。御了承下さい。 ※は…「箸」 ス…「スプーン」  
\*【配】…業者からの直配送 【ソ】…ソース

## ご入学・ご進級おめでとうございます



学校給食は、子どもたちの成長を考えて、エネルギー量や栄養のバランスに配慮し、旬の食材や地場産物を取り入れてつくっています。また、安全安心な給食を提供できるように細心の注意をはらっています。  
今年度も一年間よろしくお願ひします。

一部の「きゅうり」は桐生市産のものを  
使用する予定です。



## 今月の図書給食『ウツソースやきそば』

今年度も学校給食では、本に出てくる料理や食材を使ったメニューを給食に取り入れ、本とともに紹介する「図書給食」を実施します♪給食を通して興味のある本を見つけたら、ぜひ読んでみてくださいね。  
4月の図書給食では、「ウツソースやきそば」というとても楽しい本ピックアップしました♪

