

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				
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 ポークシュウマイ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		

*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

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

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『ウッソースやきそば』

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、「ウッソースやきそば」というとても楽しい本ピックアップしました♪