令和7年度

4月よていこんだて

B(あずま小・あずま南小・あずま北小・あずま中・あずま幼稚園)

伊勢崎市第一東学校給食調理場

日	曜	献立名			主な材料名						栄養価	
					体をつくる(あか)		体のちょうしをととのえる(みどり)		ねつや力のもとになる(きいろ)		ｴﾈﾙｷﾞｰ	たんぱくしつ
					たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物	脂肪	(kcal)	(g)
8	火	ゆめロール	牛乳	オムレツミートソースかけ フレンチサラダ コーンスープ	たまご ぶたにく ベーコン	牛乳 生クリーム	にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	パン さとう じゃがいも	あぶら	686 874	25.1 30.6
9	水	ごはん	牛乳	いわしのカレーメンチ ごまあえ 豆乳みそ汁	いわし たら いか あつあげ とうにゅう みそ	牛乳	こまつな にんじん	もやし キャベツ だいこん しいたけ	ごはん さとう さといも	あぶら ごま パンこ	605 767	23.2 27.9
10	木	ごはん	牛乳	さわらのねぎソースかけ じゃがいものそぼろ煮 油あげとわかめのみそ汁	さわら ぶたにく あぶらあげ みそ とうふ	牛乳 わかめ	にんじん こまつな	ねぎ しょうが こんにゃく たまねぎ グリンピース だいこん しいたけ	ごはん さとう じゃがいも	あぶら ごまあぶら	626 799	28.5 35.1
11	金	ごはん	牛乳	春巻 中華あえ チゲ汁	ぶたにく とうふ みそ	牛乳	にんじん にら	キャベツ もやし きゅうり だいこん ねぎ キムチ しょうが にんにく	ごはん はるまきのかわ さとう	あぶら ごまあぶら	637 775	21.4 25.6
14	月	黒パン	牛乳	チキンフィレオ ごまマヨネーズサラダ ミネストローネ	とりにく ベーコン	牛乳	にんじん トマト	きゅうり キャベツ コーン たまねぎ だいこん セロリ	パン さとう じゃがいも マカロニ	ごま ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ あぶら	611 755	24.2 28.3
15	火	ごはん	牛乳	【ぐんまの伝統食～ソースかつ～】 ソースかつ 浅漬け かきたま汁	ぶたにく とうふ たまご	牛乳	にんじん こまつな	キャベツ きゅうり たまねぎ ねぎ えのきたけ	ごはん さとう かたくりこ パンこ	あぶら	620 793	21.9 26.8
16	水	パーカーハウス	ジョア	ハンバーグケチャップソースかけ コールスローサラダ 豆乳チャウダー	とりにく ぶたにく ベーコン とうにゅう	ジョア	にんじん	キャベツ コーン たまねぎ エリンギ	パン さとう じゃがいも	あぶら ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	628 826	24.7 31.7
17	木	かやくごはん	牛乳	【郷土料理～大阪府～】 たこやき(2・2・3) 大根と水菜のサラダ 肉すい	ぶたにく とりにく たこ とうふ あぶらあげ	牛乳	みずな にんじん こねぎ	だいこん きゅうり ねぎ えのきたけ キャベツ こんにゃく ごぼう しいたけ	ごはん こむぎこ さとう	あぶら ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	645 855	24.8 30.9
18	金	ブランコッペ	牛乳	白身魚フライソースかけ 春キャベツのサラダ ふわふわたまごスープ	ほき たまご ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん こまつな	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ	パン パンこ	あぶら ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	635 785	25.6 31.5
21	月	ごはん	牛乳	ポークカレー こんにゃくサラダ 河内晩柑(かわちばんかん)	ぶたにく	牛乳	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく りんご こんにゃく キャベツ きゅうり かわちばんかん	ごはん じゃがいも	あぶら ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	613 781	18.9 23.2
22	火	ロールパン	牛乳	魚のナゲット(2・2・3) トマトクリームペンネ ポトフ	あじ ベーコン フランクフルト	牛乳 生クリーム	トマト にんじん	たまねぎ エリンギ キャベツ しめじ	パン ペンネ じゃがいも	あぶら	698 922	24.3 30.8
23	水	わかめごはん	牛乳	【行事食～入学・進級お祝い献立～】 とうふハンバーグてりやきソースかけ おかかあえ すまし汁 お祝いクレープ◆	とりにく とうふ かつおぶし かまぼこ	牛乳 わかめ	こまつな にんじん みつば	もやし きゅうり だいこん たまねぎ	ごはん さとう かたくりこ クレープ		595 752	21.7 27.5
24	木	ミルクパン	牛乳	【かみかみ献立】 かぼちゃとひき肉のフライ ごぼうサラダ ABCスープ	ぶたにく ベーコン うずらたまご	牛乳	にんじん かぼちゃ	ごぼう きゅうり だいこん キャベツ たまねぎ コーン	パン パンこ マカロニ	あぶら	626 823	21.0 26.7
25	金	ごはん	牛乳	焼き肉 キムチあえ ワンタンスープ	ぶたにく	牛乳	にら にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しょうが にんにく きゅうり だいこん キャベツ もやし	ごはん さとう ワンタンのかわ	あぶら ごまあぶら ごま	593 764	27.7 34.5
28	月	ごはん	牛乳	とりのからあげ(2) ごまツナサラダ じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	とりにく まぐろ あぶらあげ みそ	牛乳	こまつな にんじん いんげん	しょうが にんにく キャベツ レモン たまねぎ	ごはん かたくりこ さとう じゃがいも	あぶら ごま	677 850	25.2 30.5
30	水	ごはん	牛乳	さばのみそ煮 のり酢あえ すいとん	さば みそ ぶたにく	牛乳 のり	こまつな にんじん	もやし だいこん ごぼう しいたけ	ごはん さとう すいとん さといも	ごまあぶら あぶら	615 806	27.1 34.8

小学校	平均	632	24.1
	基準値	650	21～33
中学校	平均	808	29.8
	基準値	830	27～42

・材料の都合等で献立が変更になる場合があります。
・献立表には主な材料のみ表示しています。詳しくは調理場までお問合せください。
・栄養価の数字は上段小学校、下段中学校です。
・◆印がついているものは学校配送です。

第一調理場の給食（食材）は、毎週１回放射性物質検査を実施して安全確認をしております。先月に行った検査では放射性物質不検出でしたので安全が確認できました。

今月の行事食

15日　ぐんまの伝統食～ソースかつ～
17日　郷土料理～大阪府～
23日　行事食～入学・進級お祝い献立～
24日　かみかみ献立

4月分の給食費引落し日は4月30日(水)です。
給食費の未納は皆さんの給食に影響いたします。
引落し日前日までに口座残高の確認をお願いします。

～４月の地場産物～

ごはん・にら・きゅうり
キャベツ・こまつな

献立表及び給食だよりは市ホームページにも掲載しています。

郷土料理～大阪府～

13日から「大阪・関西万博」が開催される大阪は、東京に次ぐ大都市です。「京都の着倒れ、大阪の食い倒れ」という言葉があり、大阪は海の幸や山の幸に恵まれ、江戸時代には「天下の台所」といわれるほど全国の食材が集まってきたため食文化が栄えました。たこ焼きや串カツなど大阪名物の安くておいしいグルメを楽しみに国内だけでなく海外からも多くの観光客が訪れています。また、昔から大阪では炊き込みご飯のことを「かやくご飯」と呼びよく食べられています。「肉すい」は肉のお吸い物のことです。