

令和6年 4月予定献立表



成田市学校給食センター下総分所（後期課程）

日	曜日	牛乳 スプーン	箸	献立名		主な材料とはたらき						栄養価	
				主食	副食	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー(kcal)	
						1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質(g)	
						魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油脂	脂質(g)	
8	月	○	スプ	麦ごはん	こんにゃくサラダ ポークカレー 清見オレンジ	ぶた肉	牛乳	チングンサイ にんじん	きゅうり コーン 玉ねぎ にんにく りんご 清見オレンジ	米 麦 砂糖 ジャガイモ	油	食塩相当量(g)	848 27.9 22.4 2.5
9	火	○	箸	ごはん	牛肉コロッケ（ソース） れんこん和風サラダ 新玉ねぎのみそ汁	ツナ かつお節 とうふ 油揚げ みそ 牛肉	牛乳 ひじき	にんじん こねぎ 小松菜	れんこん 玉ねぎ えのきだけ	米 じゃがいも パン粉 小麦粉	油 マヨネーズ		828 23.7 30.0 2.6
10	水	○	スプ	ごはん	ハンバーグトマトソース プロッコリーのサラダ ABCスープ	とり肉 ぶた肉 ベーコン	牛乳 チーズ	トマト プロッコリー にんじん	玉ねぎ にんにく きゅうり コーン セロリー キャベツ	米 砂糖 マカロニ	油		834 31.3 28.0 2.6
11	木	○	スプ	麦ごはん	キャベツぎょうざ（2c） 春雨サラダ マー婆ー豆腐	ぶた肉 ハム とうふ	牛乳	にんじん にら	キャベツ きゅうり 玉ねぎ しいたけ たけのこ 長ねぎ にんにく しょうが	米 麦 春雨 砂糖 小麦粉 片栗粉	ごま油 ごま油		869 38.1 26.6 3.1
12	金	○	箸	ごはん	鮭の西京焼き ほうれん草ののり和え 豚汁	鮭 みそ ぶた肉 油揚げ とうふ みそ	牛乳 のり	ほうれん草 にんじん	えのきだけ 大根 長ねぎ	米 砂糖 じゃがいも	油		778 42.1 20.8 3.2
15	月	○	箸	ごはん	ワインナーのたまごまき 浅漬け 肉じゃが	たまご ソーセージ ぶた肉	牛乳	にんじん いんげん	キャベツ きゅうり 大根 玉ねぎ	米 麦 じゃがいも 砂糖	ごま油		827 29.2 21.3 3.4
16	火	○	スプ	ツイストパン ☆	手作りれんこん入りとり肉 ハンバーグ にんじんのマリネ 米粉コーンボタージュ	とり肉 ぶた肉 とうふ たまご ツナ ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	れんこん 玉ねぎ しょうが きゅうり コーン	パン パン粉 砂糖 片栗粉 米粉	油 バター 生クリーム		883 40.3 39.3 3.9
17	水	○	スプ										776 33.8 18.2 4.0
18	木	○	箸	ごはん	ぶた肉のしょうが焼き きんぴらごぼう 春野菜のみそ汁 ぶどうグミ	ぶた肉 さきま揚げ とうふ みそ	牛乳	にんじん	しょうが にんご こぼう かぶ たけのこ	米 砂糖 じゃがいも グミ	ごま油		816 31.6 25.8 2.7
19	金	○	フォ										850 32.2 31.4 2.7
22	月	○	箸	ごはん	とり肉のみぞだれ焼き 肉野菜炒め にらたま汁	とり肉 みそ ぶた肉 たまご とうふ	牛乳	にんじん ビーマン にら	長ねぎ にんにく じゅうが キャベツ 玉ねぎ しいたけ	米 砂糖 片栗粉	ごま油 ごま油		782 37.8 26.3 2.2
23	火	○	スプ	食パン (フードリーフ リーム)	チーズオムレツ アスパラガスのサラダ ポークピーンズ	たまご ベーコン ハム 大豆 ぶた肉	牛乳 チーズ	アスパラガス にんじん パセリ トマト	キャベツ 玉ねぎ	パン ジャガイモ 砂糖 ジャム	油		791 36.4 25.7 3.2
24	水	○	箸										877 40.2 25.4 3.6
25	木	○	スプ	麦ごはん	ぶた丼 すまし汁 手作りいちごミルクゼリー	ぶた肉 かまぼこ とうふ	牛乳	小松菜 にんじん	ごぼう 玉ねぎ えのきだけ いちご	米 麦 砂糖	油 生クリーム		889 32.9 27.1 2.9
26	金	○	箸	たけのこ ごはん	アジフライ ほうれん草のごま和え 春キャベツのスープ ヨーグルト☆	とり肉 かつお節 アジ ツナ	牛乳 ヨーグルト	にんじん ほうれん草	たけのこ しいたけ 玉ねぎ キャベツ もやし クリーム	米 麦 砂糖 パン粉 小麦粉	油		831 34.5 25.5 2.9
30	火	○	箸										778 31.8 21.9 2.7

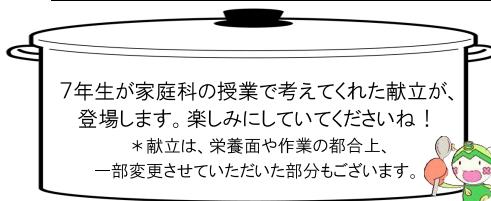
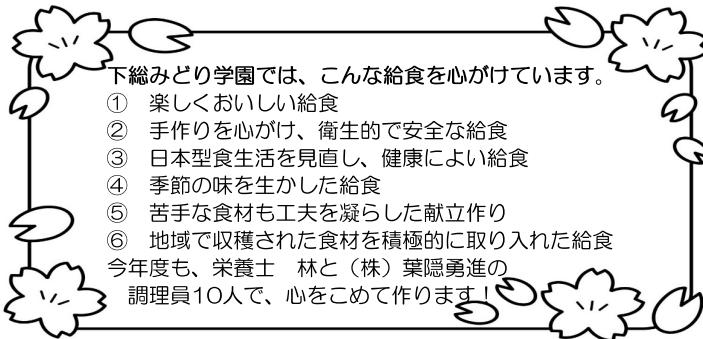
・献立は食材購入の都合により、変更となる場合があります。

☆印のメニューは学校に直接配達されます。

3月分の給食費振替日は、4月30日(火)です。
お早目に口座への入金をお願いします。

米・さつまいも・れんこん・豚肉は、
成田産（下総地区・大栄地区）です。

学校給食摂取基準 (中学校)	月平均
熱量： 830kcal	829
たんぱく質： 31.2g(範囲26.9~41.5g)	34.0
脂質： 23.1g(範囲18.4~27.6g)	26.0
食塩相当量： 2.5g以下	3.0



※学校給食の写真を掲載しています。
成田市ホームページ
→子育て・教育→市立学校→学校給食→給食の写真【学校給食センター下総分所】