

令和6年度

6月給食献立予定表

野木町立野木中学校

給食目標
「衛生に気を付けよう」

主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		エネルギー Kcal たんぱく質 脂質 塩分
1群	2群	3群	4群	5群	6群	

曜日	献立名	たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC	炭水化物	脂質	
17 (月)	ご飯 牛乳 なすと豚肉のみそカレー炒め きゅうりの中華漬け レタスと卵のスープ	豚肉 みそ	牛乳			米	油	811 34.7 22.7 2.8
のぎ地産地消の日献立・おはなし給食「つるばら村のレストラン」								
18 (火)	チキンカツサンド(ソース) 牛乳 新じゃがとアスパラのシチュー	豚肉 鶏肉	牛乳	人参 アスパラ	キャベツ 玉ねぎ	パン パン粉 砂糖 でんぷん	油	831 33.2 27.4 2.9
19 (水)	ご飯 牛乳 豚肉と大豆のさっぱり煮 厚焼き卵 豆腐と小松菜のみそ汁	豚肉 大豆	牛乳	人参 さやいんげん	ごぼう 大根 生姜 梅干し	砂糖	油	826 32.7 22.0 2.5
20 (木)	白いんげんロール 牛乳 和風スパゲティ ふわふわ卵スープ アセロラゼリー	白いんげん	牛乳	人参	人参	パン 砂糖	油	806 32.7 22.7 3.6
21 (金)	ポークカレー 牛乳 おかひじきのサラダ キャンディーチーズ	豚肉	脱脂粉乳 牛乳	人参	人参	米 じゃがいも カレールウ	油	892 27.9 25.6 3.7
24 (月)	豚キムチ丼 牛乳 ポーク焼売 とうもろこしと卵のスープ	豚肉 みそ	牛乳	人参 なら	人参	米 砂糖 でんぷん	油 ごま ごま油	838 31.8 24.3 2.9
25 (火)	黒パン 牛乳 チキンのこんがり焼き 荳わかめのサラダ 麦のスープ	鶏肉	牛乳 粉チーズ 荳わかめ	バジル	人参	パン 黒砂糖	油	836 36.7 28.1 3.5
26 (水)	ご飯 味付けのり 牛乳 麻婆豆腐 パンサンスー	豚肉 豆腐 みそ	のり 牛乳	人参	人参	米	油	867 33.0 26.0 2.6
27 (木)	フィッシュバーガー(ソース) 牛乳 ミネストローネ とうもろこし	さば	牛乳	人参 トマト パセリ	人参	パン でんぷん 米粉	油	825 33.7 28.9 3.5

毎月18日は、のぎ地産地消の日です。
太字は、野木町産野菜の予定です。

今月のおはなし給食

18日(火)
「つるばら村のレストラン」から
新じゃがとアスパラガスのシチュー



「新じゃがとアスパラガスのシチュー」は、レストラン山小屋のメニューです。いろいろなおいしいメニューがでてきて気になります。つるばら村シリーズの作品もおもしろいですよ。

基準エネルギー	830 Kcal	平均	839
基準たんぱく質	27.0g~41.5g	平均	32.8
基準脂質	18.4g~27.7g	平均	25.0
基準塩分	2.5g未満	平均	3.0