

令和8年度

4月給食献立予定表

野木町立野木中学校

給食目標
「正しい食事のマナーを
身につけよう」

		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	
		たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC	炭水化物	脂質	
21 (火)	ツナサンド	ツナ			玉ねぎ きゅうり	パン	★マヨネーズ	815
	牛乳		牛乳					39.3
	ポークビーンズ	豚肉 大豆		人参 トマト	玉ねぎ	じゃがいも 砂糖	油	27.0
22 (水)	ご飯					米		834
	牛乳		牛乳					32.3
	モロのケチャップソースかけ	モロ			生姜	砂糖 でん粉	油	19.5
	切り干し大根の煮物	さつま揚げ		人参	切り干し大根	砂糖	油	3.3
	卵とじみそ汁	卵 みそ		人参	玉ねぎ もやし 葱	じゃがいも		
23 (木)	ミルクパン		脱脂粉乳			パン 砂糖		843
	牛乳		牛乳					29.8
	ポテト焼きそば	豚肉	青のり	人参	キャベツ	やきそば麺 じゃがいも	油	25.7
	とうもろこしと卵のスープ	卵		ほうれん草	葱 生姜 コーン	でんぶん	油	3.9
	アセロラゼリー				アセロラ果汁	砂糖		
24 (金)	豚丼	豚肉		人参	玉ねぎ しいたけ	米 しらたき 砂糖	油 ごま	825
	牛乳		牛乳					33.3
	おひたし	かつお節			もやし にら			24.5
	キャベツのみそ汁	油揚げ 豆腐 みそ		人参	キャベツ			3.1
27 (月)	カレー	豚肉	脱脂粉乳	人参	にんにく 玉ねぎ	じゃがいも カレールー 米	油	854
	牛乳		牛乳					27.4
	海藻サラダ		海藻	人参	コーン キャベツ		ドレッシング	25.9
	キャンディーチーズ		チーズ					3.7
28 (火)	コロッケサンド(ソース)	豚肉			玉ねぎ	パン じゃがいも 小麦粉	油	831
	牛乳		牛乳					32.0
	肉団子スープ	鶏肉		人参 チンゲン菜	しいたけ 葱 生姜	でん粉 はるさめ		28.5
30 (木)	フィッシュバーガー(ソース)	スケソウダラ			キャベツ	パン パン粉 小麦粉	油	3.5
	牛乳		牛乳					856
	ジャーマンポテト	★ベーコン		パセリ	にんにく 玉ねぎ	じゃがいも 砂糖	バター 油	33.5
	トマトと卵のスープ	★ウインナー 卵		トマト	玉ねぎ コーン	でん粉		29.9
		※ 物資の都合により、献立が変更になる場合があります。		基準エネルギー 830 Kcal		平均		837
		※ ★印は、卵不使用食品です。		基準たんぱく質 27.0g~41.5g		平均		32.7
				基準脂質 18.4g~27.7g		平均		24.9
				基準塩分 2.5g未満		平均		3.1



毎月18日は、のぎ地産地消の日です。



給食の決まり★食事のマナーを守りましょう

給食の前に、机の上を片付けましょう。	手をきれいに洗いましょう。	給食当番は身支度を整え、健康チェックをしましょう。
協力して準備をしましょう。	全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。	姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。
食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。	時間内に食べ終わるようにしましょう。	食器は大切に扱いましょう。

白衣は、アイロン不要の生地になっていますので、アイロン不要です。

家で食べたい作りたという献立がありましたら、お子さんを通じて栄養教諭「亀井」までお知らせください。

