



令和6年 4月 学校給食献立表 (小学生)

* 献立は、やむを得ない事情により変更することがあります

月	火	水	木	金
		10 米飯 ドレッシングサラダ ハヤシライス 福神漬 牛乳	11 米飯 さわらの磯辺揚げ みそ汁 牛乳	12 たけのこごはん 春キャベツのタッカルビ 豚肉と野菜のおすまし 牛乳
15 米飯 もろこし揚げ ソーセージのポトフ 昆布ふりかけ (袋) 牛乳	16 米飯 ごま風味肉じゃが 五目汁 しば漬 牛乳	17 コーンライス ツナスパゲティ 豆乳クリームシチュー ヨーグルトドリンク	18 米飯 糸こんにゃくのチャプチェ みそスープ さかなつくだ煮 (袋) 牛乳	19 米飯 豚肉のジャポネソースいため 団子汁 じゃこのつくだ煮 牛乳
22 米飯 さけのバジル焼き 豚汁 焼きのり 牛乳	23 たきこみごはん 春キャベツのメンチカツ 春野菜のスープ 味付けいりこ 牛乳	24 <1年生給食開始> 米飯 フルーツカクテル ポークカレー 角チーズ 牛乳	25 米飯 鶏肉のから揚げ 根菜のみそ汁 さかなふりかけ (袋) 牛乳	26 米飯 豚キムチ 春雨スープ 牛乳
29 	30 キャロットライス たらのから揚げ (パベキューズ) グリーンポタージュ ヨーグルトドリンク	<div style="border: 2px solid brown; padding: 10px; text-align: center;"> <p>使用している材料等詳細は「週間献立表」をご確認ください。 画面をスクロールするか、「学校給食献立表」の日々の献立名をクリックすると「週間献立表」に移動します。</p> </div>		

	一ヶ月 平均								
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン			
						A (μgRAE)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)
低学年	521	21.3	16.4	367	1.6	209	0.34	0.45	21
中学年	633	24.1	17.7	374	1.9	226	0.38	0.47	22
高学年	708	26.2	18.9	380	2.2	241	0.41	0.49	25

毎日の学校給食を学校栄養士が
ブログで紹介しています！

<URL> <https://blog.goo.ne.jp/minohpakupaku>

週間献立表

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください

令和6年

		4月10日(水)		4月11日(木)		4月12日(金)	
		米飯 ドレッシングサラダ ハヤシライス 福神漬 牛乳		米飯 さわらの磯辺揚げ みそ汁 牛乳		たけのこごはん 春キャベツのタッカルビ 豚肉と野菜のおすまし 牛乳	
		食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年
		米	80 g	米	80 g	米	80 g
		水	112 g	水	112 g	水	112 g
		鶏肉	12 g	さわら	45 g	たけのこ(水煮)	14.4 g
		キャベツ	30 g	青のり	0.2 g	にんじん	4 g
		きゅうり	10 g	上新粉	7 g	油揚げ	1.6 g
		にんじん	10 g	塩	0.2 g	花かつお	0.4 g
		塩昆布	1 g	油	4.5 g	きざみ昆布	0.4 g
		酢	1 g	鶏肉	15 g	酒	0.8 g
		塩	0.1 g	たまねぎ	20 g	しょうゆ	1.2 g
		砂糖	0.3 g	にんじん	10 g	塩	0.24 g
		こしょう	0.01 g	れんこん	10 g	油	0.8 g
		牛肉	25 g	だいこん	10 g	鶏肉	25 g
		たまねぎ	45 g	ほうれんそう	10 g	トッポギ	15 g
		じゃがいも	30 g	信州みそ	4 g	新キャベツ	25 g
		にんじん	15 g	赤みそ	5 g	たまねぎ	10 g
		こまつな	13 g	けずり節	1.5 g	さつまいも	10 g
		セロリ	1 g	だし昆布	0.5 g	にんじん	5 g
		油	1 g	水	100 g	ガラスープ	2 g
		トマトケチャップ	8 g	牛乳	1 本	水	20 g
		トマトピューレ	8 g			砂糖	1 g
		ウスターソース	1 g			しょうゆ	2 g
		米粉ハヤシルウ	4 g			コチュジャン	1 g
		上新粉	1 g			油	1 g
		ブイヨン(缶)	4 g			豚肉	15 g
		水	60 g			生わかめ	2 g
		塩	0.5 g			だいこん	20 g
		こしょう	0.02 g			たまねぎ	10 g
		福神漬	8 g			はくさい	10 g
		牛乳	1 本			にんじん	10 g
						こまつな	10 g
						だし昆布	0.5 g
						けずり節	1.5 g
						水	100 g
						塩	0.6 g
						しょうゆ	1 g
						油	1 g
						牛乳	1 本

週間献立表

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください

令和6年

4月15日(月)		4月16日(火)		4月17日(水)		4月18日(木)		4月19日(金)	
米飯 もろこし揚げ ソーセージのポトフ 昆布ふりかけ(袋) 牛乳		米飯 ごま風味肉じゃが 五目汁 しば漬 牛乳		コーンライス ツナスパゲティ 豆乳クリームシチュー ヨーグルトドリンク		米飯 糸こんにゃくのチャプチェ みそスープ さかなつくだ煮(袋) 牛乳		米飯 豚肉のジャポネソースいため 団子汁 じゃこのつくだ煮 牛乳	
食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年
米	80 g	米	80 g	米	80 g	米	80 g	米	80 g
水	112 g	水	112 g	水	112 g	水	112 g	水	112 g
白身魚すり身	30 g	鶏肉	35 g	ホールコーン	12 g	牛肉	25 g	豚肉	45 g
ホールコーン	20 g	じゃがいも	30 g	ガラスープ	2.4 g	にんにく	0.3 g	塩	0.15 g
にんじん	5 g	たまねぎ	20 g	塩	0.8 g	しょうが	0.2 g	こしょう	0.01 g
でんぷん	2 g	にんじん	10 g	こしょう	0.01 g	糸こんにゃく	20 g	たまねぎ	10 g
油	5.5 g	糸こんにゃく	12 g	油	1.6 g	たまねぎ	10 g	にんじん	10 g
塩	0.1 g	さやいんげん	3 g	米粉スパゲティ	8 g	にんじん	5 g	りんごピューレ(缶)	3 g
こしょう	0.01 g	白ごま	1 g	まぐろ油漬	10 g	葉ねぎ	3 g	砂糖	0.3 g
ウインナーソーセージ	15 g	油	1 g	糸こんにゃく	6 g	油	1 g	しょうゆ	2 g
じゃがいも	30 g	水	10 g	たまねぎ	25 g	酒	1 g	水	2 g
キャベツ	20 g	砂糖	2 g	にんじん	10 g	しょうゆ	1 g	油	1 g
たまねぎ	20 g	しょうゆ	3 g	グリーンピース	5 g	砂糖	2 g	鶏肉	20 g
だいこん	15 g	生揚げ	15 g	トマトケチャップ	10 g	塩	0.1 g	白玉団子	25 g
にんじん	10 g	はくさい	20 g	水	5 g	こしょう	0.01 g	はくさい	10 g
こまつな	7 g	にんじん	10 g	油	1 g	焼き豚	12 g	たまねぎ	10 g
ブイヨン(缶)	4 g	だいこん	10 g	塩	0.2 g	たまねぎ	20 g	にんじん	10 g
水	100 g	れんこん	10 g	こしょう	0.01 g	じゃがいも	20 g	チンゲンサイ	10 g
塩	0.6 g	こまつな	10 g	鶏肉	35 g	にんじん	10 g	けずり節	1.5 g
こしょう	0.02 g	けずり節	1.5 g	じゃがいも	30 g	だいこん	10 g	だし昆布	0.5 g
こんぶふりかけ	1 袋	だし昆布	0.5 g	たまねぎ	30 g	にら	5 g	水	100 g
牛乳	1 本	水	100 g	にんじん	10 g	信州みそ	8 g	塩	0.6 g
		しょうゆ	1 g	しめじ	5 g	だし昆布	0.5 g	しょうゆ	1 g
		塩	0.6 g	ほうれんそう	5 g	ガラスープ	4 g	ちりめんじゃこ	6 g
		油	1 g	油	1 g	油	1 g	白ごま	1 g
		しば漬	8 g	豆乳	30 g	水	100 g	砂糖	1 g
		牛乳	1 本	上新粉	2 g	しょうゆ	1 g	しょうゆ	1 g
				ブイヨン(缶)	6 g	おさかなそぼろつくだ煮	1 袋	みりん	1 g
				水	70 g	牛乳	1 本	牛乳	1 本
				塩	0.7 g				
				こしょう	0.02 g				
				ヨーグルトドリンク	1 本				

週間献立表

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください

令和6年

4月22日(月)		4月23日(火)		4月24日(水)		4月25日(木)		4月26日(金)	
米飯 さけのバジル焼き 豚汁 焼きのり 牛乳		たきこみごはん 春キャベツのメンチカツ 春野菜のスープ 味付けいりこ 牛乳		米飯 フルーツカクテル ポークカレー 角チーズ 牛乳		米飯 鶏肉のから揚げ 根菜のみそ汁 さかなふりかけ(袋) 牛乳		米飯 豚キムチ 春雨スープ 牛乳	
食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年	食品名	中学年
米	80 g	米	80 g	米	80 g	米	80 g	米	80 g
水	112 g	水	100.8 g	水	112 g	水	112 g	水	112 g
さけ	50 g	だし昆布	0.24 g	白桃(缶)	25 g	鶏肉	60 g	豚肉	30 g
酒	1 g	たけのこ(水煮)	11.2 g	みかん(缶)	25 g	塩	0.3 g	酒	0.5 g
塩	0.2 g	にんじん	4 g	豚肉	30 g	こしょう	0.01 g	しょうゆ	1 g
バジルペースト	3 g	酒	0.8 g	じゃがいも	40 g	にんにく	0.2 g	生揚げ	15 g
たまねぎ	10 g	しょうゆ	0.8 g	たまねぎ	45 g	酒	2 g	白菜キムチ	18 g
油	1 g	塩	0.8 g	にんじん	15 g	でんぶん	10 g	たまねぎ	20 g
豚肉	20 g	油	0.8 g	さやいんげん	5 g	油	6 g	にんじん	5 g
さつまいも	15 g	豚肉	40 g	にんにく	0.3 g	たまねぎ	20 g	葉ねぎ	5 g
だいこん	15 g	新キャベツ	15 g	しょうが	0.3 g	だいこん	15 g	砂糖	0.5 g
たまねぎ	10 g	たまねぎ	10 g	油	1 g	れんこん	10 g	しょうゆ	1 g
にんじん	10 g	塩	0.3 g	ブイヨン(缶)	5 g	にんじん	10 g	油	1.5 g
ささがきごぼう	5 g	こしょう	0.01 g	トマトケチャップ	7 g	つきこんにやく	10 g	鶏肉	15 g
こまつな	10 g	ウスターソース	1 g	ウスターソース	3 g	こまつな	10 g	はるさめ	4 g
油	1 g	でんぶん	1 g	しょうゆ	3 g	信州みそ	4 g	にんじん	10 g
赤みそ	5 g	米パン粉	2 g	塩	0.6 g	赤みそ	5 g	たまねぎ	20 g
信州みそ	4 g	油	2 g	りんごピューレ(缶)	6 g	煮干し	4 g	だいこん	10 g
煮干し	3 g	鶏肉	15 g	上新粉	4 g	水	100 g	チンゲンサイ	10 g
水	100 g	じゃがいも	30 g	油	3 g	さかなふりかけ	1袋	油	1 g
焼きのり	1袋	たまねぎ	15 g	カレー粉	0.7 g	牛乳	1本	ガラスープ	4 g
牛乳	1本	にんじん	10 g	水	60 g			だし昆布	0.5 g
		グリーンアスパラガス	5 g	角チーズ	1個			水	100 g
		だし昆布	0.5 g	牛乳	1本			塩	0.6 g
		ガラスープ	4 g					こしょう	0.02 g
		水	100 g					しょうゆ	1 g
		しょうゆ	1 g					牛乳	1本
		塩	0.6 g						
		こしょう	0.02 g						
		油	1 g						
		味付けいりこ	1袋						
		牛乳	1本						

週間献立表

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください

令和6年

4月29日(月)		4月30日(火)							
		キャロットライス たらのから揚げ(パセキソース) グリーンポタージュ ヨーグルトドリンク							
食品名	中学年	食品名	中学年						
		米	80 g						
		水	112 g						
		にんじん	8 g						
		ガラスープ	2.4 g						
		塩	0.8 g						
		こしょう	0.01 g						
		油	1.6 g						
		たら	45 g						
		塩	0.1 g						
		酒	1 g						
		でんぶん	10 g						
		油	4.5 g						
		たまねぎ	5 g						
		しょうが	0.3 g						
		にんにく	0.1 g						
		りんごピューレ(缶)	7 g						
		水	3 g						
		砂糖	1 g						
		しょうゆ	1 g						
		ウスターソース	1 g						
		油	0.5 g						
		ウイナーソーセージ	15 g						
		じゃがいも	25 g						
		たまねぎ	20 g						
		にんじん	10 g						
		クリームコーン(缶)	5 g						
		むきえんどう	8 g						
		えんどうまめ(さや付き)	6 g						
		油	1 g						
		ブイヨン(缶)	4 g						
		水	80 g						
		豆乳	20 g						
		塩	0.7 g						
		こしょう	0.02 g						
		でんぶん	1 g						
		ヨーグルトドリンク	1 本						