



令和7年 4月分学校給食献立予定表



※牛乳は毎日200mlが1本つきます。

波佐見町立学校給食センター

日付 曜日	こ ん だ て 主食 お か ず		主 な 働 き と 材 料 名						栄 養 価	
			体をつくるもとになる		体の調子を整えるもとになる		エネルギーのもとになる		エネルギー(kcal)	
			赤の仲間の食品		緑の仲間の食品		黄色の仲間の食品		たんぱく質(g)	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	小学校	中学校	
8 (火)	むぎ 麦ごはん	ハヤシライス コールスローサラダ	牛肉	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ コーン グリーンピース マッシュルーム	米 小麦粉 さとう	バター 油	-	768
9 (水)	ごはん	つみれ汁 とりの照り焼き ごまあえ	とりに とびおつみれ 豆腐 麦みそ	牛乳 わかめ	にんじん ほうれん草	たまねぎ もやし	米 さとう	ごま 練りごま	605	739
10 (木)	コッペパン	ラビオリのスープ チリコンカーン オレンジ はちみつマーガリン	合挽肉 レッドキドニー 大豆	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ セロリ コーン オレンジ	コッペパン じゃがいも ラビオリ さとう	マーガリン 油 はちみつ	665	810
11 (金)	ごはん	なめこ汁 ししゃもフライ たけのこの土佐煮	豆腐 油揚げ ちくわ 麦みそ 麦みそ	牛乳 わかめ ししゃもフライ かつお節	にんじん きぬさや こねぎ	たまねぎ たけのこ こんにやく なめこ	米 さとう	油	563	遠足
14 (月)	ごはん	がめ煮 いわしの生姜煮 即席漬け	とりに 厚揚げ いわし生姜煮	牛乳 昆布	にんじん	白菜 ごぼう たけのこ こんにやく しいたけ	米 じゃがいも さとう	油	627	771
15 (火)	むぎ 麦ごはん	とりごぼう汁 具入り卵焼き 五島三菜のふくめ煮	とりに ぶた肉 厚揚げ 千草焼き	牛乳	にんじん いんげん こねぎ	ごぼう 五島三菜 こんにやく しいたけ	米 小麦粉 さとう	油	580	728
16 (水)	ごはん	チキンカレー ごまドレッシングサラダ(ツナ)	とりに ツナ	牛乳	にんじん ほうれん草	たまねぎ キャベツ コーン グリーンピース おろしりんご	米 じゃがいも さとう	カレーウ ごま 油	621	770
17 (木)	こめ 米粉パン	スパゲティナポリタン フルーツ入りサラダ	ぶた肉 ウインナー	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ キャベツ きゅうり マッシュルーム みかん缶 パイン缶	米粉パン スラゲティ さとう	油	604	817
18 (金)	ごはん	みそ汁 いわしのカリカリフライ 浦上そばろ	ぶた肉 豆腐 油揚げ 天ぷら	牛乳 わかめ いわしフライ 麦みそ	にんじん いんげん こねぎ	たまねぎ ごぼう もやし こんにやく	米 じゃがいも さとう	ごま 油	遠足	798
21 (月)	コッペパン	野菜スープ かぼちゃフライ 塩もみきゅうり いちごジャム (中)ヨーグルト	とりに (中)ヨーグルト	牛乳	にんじん かぼちゃフライ	たまねぎ キャベツ きゅうり セロリ コーン	コッペパン いちごジャム	油	603	820
22 (火)	ごはん	じゃがいものそばろ煮 ごますあえ ミニみかんゼリー	とりに 厚揚げ 天ぷら	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ もやし グリーンピース こんにやく	米 じゃがいも でん粉 さとう	練りごま 油 ミニゼリー	608	747
23 (水)	むぎ 麦ごはん	かきたま汁 ぶりの照り焼き おひたし (中)さつまポテト	卵 豆腐 ぶり照焼き	牛乳	にんじん ほうれん草 こねぎ	たまねぎ 白菜	米 小麦粉 さとう	(中)さつまポテト	592	768
24 (木)	はちみつパン	カレーうどん きなこ豆 オレンジ	ぶた肉 大豆 油揚げ きなこ	牛乳	にんじん こねぎ	たまねぎ オレンジ	はちみつパン うどん でん粉 さとう	カレーウ 油	584	741
25 (金)	ごはん	ちやーしゃん 家常豆腐 中華風あえ物	ぶた肉 厚揚げ 赤みそ	牛乳	にんじん こねぎ	たまねぎ きゅうり たけのこ セロリ	米 さとう でん粉		637	790
28 (月)	しそごはん	わかたけ汁 若竹汁 とりのから揚げ アーモンドあえ かしわもち	とりに 豆腐 かまぼこ	牛乳 わかめ	こねぎ ほうれん草 乾燥赤しそ	たまねぎ キャベツ たけのこ	米 でん粉 さとう	アーモンド 油 かしわもち	682	825

☆献立表では、「こんにやく」を食品の働きの仲間わけの「体の調子をととのえるもとになる」に分類しています。食品群では5群に入ります。
 ☆献立名に(中)とついているものは中学校のみの献立です。

実(み)だくさんの汁もので「しっかり朝ごはん」

それぞれの学年で、給食開始の日が違います。ご確認ください。

4月 8日(火)～ 中学2・3年のみ給食開始
 9日(水)～ 小学2～6年給食開始
 10日(木)～ 中学1年生給食開始
 16日(水)～ 小学1年生給食開始

5月5日は「端午の節句」
 奈良時代から続く古い行事です。この日には、昔から「ちまき」をつくり、菖蒲湯(しょうぶゆ)に入って、子どもの成長と健康を願うという風習があります。また、家が絶えないようにという願いを込めて、柏もちが食べられます。

給食では、一足早く28日に柏もちが登場します。

今月使用予定の地元の食材
 豆腐・厚揚げ・麦みそ(地元製造)
 ほうれん草、わかめ、五島三菜、煮干しは県産産を使用予定です。

今月のみそ汁
 豆腐・油揚げ・玉ねぎ・じゃがいも・こねぎ・わかめ・鬼木の麦みそ・煮干しだし

