

令和7年4月予定献立表

日	曜日	主な材料とその働き（アレルギー含む）				エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
		献立名	力や熱になるもの	血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの		
10	木	しょうゆラーメン （中華麺）【小麦】	中華麺 油	豚肉 なんと わかめ	しょうが にんにく 人参 玉ねぎ もやし メンマ ねぎ	817	30.3
		牛乳【乳】		牛乳			
		じゃがいものオーロラ ソース焼き	じゃがいも 油 ノンエッグマヨネーズ	まぐろ	玉ねぎ マッシュルーム		
		磯香サラダ	ドレッシング	のり	えのきだけ 水菜 きゅうり キャベツ		
		いちごゼリー	いちごゼリー				
11	金	キャロットピラフ【乳】	米 麦 パター	ハム	玉ねぎ 人参 パセリ	803	34.0
		牛乳【乳】		牛乳			
		鶏のから揚げ②	でん粉 油	鶏肉	しょうが にんにく		
		花野菜サラダ	ドレッシング		ブロッコリー カリフラワー 人参		
		米粉の豆乳コンスープ	油 米粉 じゃがいも	鶏肉 豆乳	人参 玉ねぎ パセリ とうもろこし		
14	月	ごはん	米			779	31.9
		牛乳【乳】		牛乳			
		ホキの磯辺フライ【小麦】	油	ホキの磯辺フライ			
		こんにゃくソテー	油 砂糖 ごま油	焼き豚	しょうが 人参 こんにゃく とうもろこし 小松菜		
		豚汁	油 じゃがいも	豚肉 豆腐 みそ	ごぼう 人参 大根 ぶなしめじ ねぎ		
15	火	メロンパン【小麦】	パン			780	29.6
		牛乳【乳】		牛乳			
		ハンバーグバーベキュー ソース【乳】	バター 砂糖	ハンバーグ	玉ねぎ		
		ほうれん草とコーンのソテー	油		ほうれん草 とうもろこし		
		せん切り野菜スープ		ベーコン	人参 玉ねぎ キャベツ もやし えのきだけ パセリ		
16	水	わかめごはん	米	わかめごはんの素		781	33.5
		牛乳【乳】		牛乳			
		さけのカレーマヨネーズ焼き	ノンエッグマヨネーズ	さけ	玉ねぎ		
		華風和え	ごま油 砂糖		キャベツ 人参 もやし きゅうり		
		肉じゃが	油 じゃがいも 砂糖	豚肉	人参 玉ねぎ こんにゃく いんげん		
17	木	バターロール【小麦】	パン			821	29.7
		牛乳【乳】		牛乳			
		マカロニグラタン 【小麦・乳】	マカロニ 油 バター 小麦粉	鶏肉 牛乳 チーズ	玉ねぎ 枝豆		
		グリーンサラダ	ドレッシング		キャベツ きゅうり 水菜 ブロッコリー		
		トマトスープ	油 じゃがいも 砂糖	ウインナー	人参 玉ねぎ トマト とうもろこし パセリ		

- ◎ はしは、毎日持ってきてましよう。
- ◎ 材料の都合で献立を変更することがありますのでご了承ください。
- ◎ 8大アレルギー（卵・小麦・そば・落花生・乳・えび・かに・くるみ）
については、献立名後ろの【 】内に記載してあります。
- ◎ 毎月19日は「食育の日」です。



入学・進級おめでとうございます。
今月は「早く給食になれよう」を
テーマに食べやすい人気のメニュー
がたくさん登場します。
おいしく食べて、早く学校と給食
になれてくださいね。



日	曜日	主な材料とその働き（アレルギー含む）				エネルギー (Kcal)	たんぱく 質 (g)	
		献立名	力や熱になるもの	血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの			
18	金	ビビンバ（ごはん）	米 油 砂糖 ごま油	豚肉	にんにく 人参 大根 もやし こんにゃく ほうれん草 白菜キムチ	889	34.5	
		牛乳【乳】		牛乳				
		餃子③【小麦】		餃子				
		レンファンタン【卵】	春雨 でん粉 ごま油	鶏肉 豆腐 卵	人参 とうもろこし 水菜			
21	月	たけのこごはん	米	鶏肉 油揚げ	たけのこ 人参 しいたけ いんげん	818	36.1	
		牛乳【乳】		牛乳				
		さばの塩焼き		さば				
		ごま酢和え	ごま 砂糖		もやし きゅうり			
		さつま汁	油 さつまいも	豚肉 豆腐 みそ	ごぼう 大根 人参 ねぎ こんにゃく			
22	火	砂糖揚げパン【小麦】	パン 油 砂糖			848	25.9	
		牛乳【乳】		牛乳				
		切り干し大根とツナのサラダ	ドレッシング	まぐろ	切り干し大根 きゅうり 人参 もやし			
		ポトフ	じゃがいも	ウインナー	人参 たまねぎ キャベツ かぶ ブロッコリー ぶなしめじ パセリ			
		ヨーグルト【乳】		ヨーグルト				
23	水	ごはん	米			821	39.2	
		牛乳【乳】		牛乳				
		コーン煮し	でん粉 ごま油	豚肉 鶏肉	玉ねぎ しょうが とうもろこし			
		ナムル	ごま油 砂糖		もやし 人参 小松菜			
		八宝菜【えび】	油 砂糖 でん粉 ごま油	豚肉 なんと いか えび	しょうが ねぎ 人参 玉ねぎ たけのこ しいたけ キャベツ チンゲン菜			
24	木	肉南蛮うどん （地粉うどん）【小麦】	地粉うどん 砂糖	豚肉 なんと	ねぎ 人参 小松菜 ぶなしめじ しいたけ	872	34.8	
		牛乳【乳】		牛乳				
		ウインナーの南部揚げ② 【小麦】	ごま 油 ホットケーキミックス	ウインナー				
		もやし炒め	油	ベーコン	人参 玉ねぎ もやし にら			
25	金	ポークカレー【小麦】 （麦ごはん）	米 麦 油 じゃがいも カレールウ	豚肉	しょうが にんにく 人参 玉ねぎ	895	34.4	
		牛乳【乳】		牛乳				
		鶏肉の香味焼き【小麦】	ノンエッグマヨネーズ パン粉	鶏肉	にんにく パセリ			
		カラフルサラダ	ドレッシング		枝豆 キャベツ パプリカ とうもろこし きゅうり			
28	月	ごはん	米			784	24.4	
		牛乳【乳】		牛乳				
		さわらのごまみそかけ	砂糖 ごま	さわら みそ	しょうが			
		磯香和え		のり	ほうれん草 もやし 人参			
		筑前煮	油 じゃがいも 砂糖	鶏肉 ちくわ	人参 ごぼう たけのこ しいたけ こんにゃく さやえんどう			
30	水	タコスライス【乳】 （麦ごはん）	米 麦 油 でん粉	豚肉 大豆ミート みそ 大豆 チーズ	にんにく 玉ねぎ ピーマン パプリカ	868	35.8	
		牛乳【乳】		牛乳				
		フライドポテト	じゃがいも 油					
		アルファベットスープ 【小麦】	マカロニ	ベーコン	人参 玉ねぎ ぶなしめじ キャベツ パセリ			
						基準栄養量	830	35.3
						平均栄養量	827	32.4

