

令和7年度 4月分学校給食献立表

《4月のきゅうしょくもくひょう：給食の決まりを身につけよう》

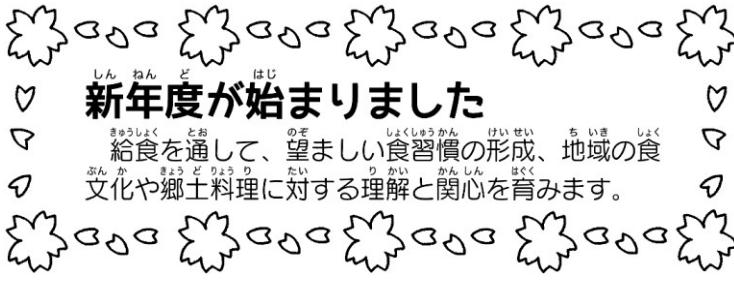
岩国市立灘小学校

日 曜 日	種 類	献 立 名	おもなざいりよう				栄養 価 値 kcal 食塩g	家庭で とって ほしい 食品
			あかいろの食品 (おもに体をつくるものとなる)	みどりの食品 (おもに体の調子を整えるものとなる)	きいろの食品 (おもにエネルギーのものとなる)	その他の食品		
9 水	主食	ココアパン			ココアパン		651	
	主菜	カレーミルクスープ	ウインナー ぎゅうにゅう	たまねぎ ほうれんそう にんじん	じゃがいも あぶら	カレーごしお こしょう		
	副菜	フルーツミックス		みかん パイナップル もも みかんジュース	だんご		1.9	小魚
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
10 木	主食	たけのこごはん	とりにく あぶらあげ	たけのこ にんじん さやえんどう	こめ あぶら さとう	さけ しょうゆ しお	621	
	主菜	しろみさかなのフライ	木キ		あぶら パンごこむぎこ てんぶん	しお		
	副菜	あいしょうじる	ベーコン とうふ みそ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ ねぎ	じゃがいも	にぼし	2.4	海藻
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
11 金	主食	たてわりパン			パン		636	
	主菜	おしむぎいりミートソース	ぶたにく とうふ	たまねぎ	むぎ パンご さとう	ケチャップ クスターソース しお		
	副菜	わかめスープ	わかめ とうふ	たまねぎ にんじん ねぎ	じゃがいも	しょうゆ しお こしょう	2.4	きのこ類
	デザート	はちみつレモンゼリー			はちみつレモンゼリー			
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
14 月	主食	ごはん			こめ		620	
	主菜	だいすいりとりそぼろ	とりにく たまご だいす	えだまめ たまねぎ にんじん しょうが	あぶら さとう	しょうゆ みりん		
	副菜	とんじる	ぶたにく なまあげ みそ	ごぼう だいこん にんじん はくさい ねぎ	こんにゃく	にぼし	1.7	果物
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
15 火	主食	むぎごはん			こめ むぎ		603	
	主菜	パークカレーシチュー	ぶたにく しろはなまめ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが	じゃがいも あぶら パター こむぎこ はちみつ	フレーク クラーネース レッド トマトゼリー		
	副菜	ひじきとツナのサラダ	ひじき ツナみず	キャベツ きゅうり にんじん	ごま マヨネーズ	しょうゆ	1.4	乳製品
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
16 水	主食	パン			パン		588	
	主菜	ミートボールのケチャップに	ミートボール	たまねぎ キャベツ にんじん えだまめ マッシュルーム とうもろこし トマト	じゃがいも あぶら さとう	しお こしょう ケチャップ クスター		
	副菜	やさいサラダ	ツナみず	キャベツ きゅうり とうもろこし ブロッコリー	あぶら さとう	す しょうゆ しお こしょう	2.6	豆類
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					

4月17日(木)進級・入学お祝い献立

17 木	主食	ちらしづし	たまご えび ちくわ あぶらあげ	にんじん ごぼう しいたけ えだまめ	こめ さとう	す しょうゆ	616	
	主菜	いわしのしょうがに	いわし	しょうが	さとう	しょうゆ しお		
	副菜	わかたけじる	とうふ わかめ みそ	たけのこ ねぎ さやえんどう		しお かつおぶし		
	デザート	おいわいいちごゼリー	とうにゅう	いちごかじゅう	さとう		2.4	いも類
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
18 金	主食	パン			パン		645	
	主菜	チキンとマカロニのクリームに	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ ほうれんそう	マカロニ あぶら なまクリーム パター こむぎこ	しお こしょう		
	副菜	こまつなともやしのいための	ベーコン	こまつな キャベツ もやし	あぶら	しお こしょう しょうゆ	2.3	種実類
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
21 月	主食	ごはん			こめ		635	
	主菜	マーポーどうふ	とうふ ぶたにく みそ	たけのこ たまねぎ にんじん しいたけ にんにく しょうが	ごまあぶら さとう でんぶん	しょうゆ		
	副菜	はるさめサラダ	ハム	キャベツ にんじん きゅうり	はるさめ さとう ごまあぶら	す しょうゆ	2.4	海藻
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
22 火	主食	ごはん			こめ		612	
	主菜	おやこに	とりにく ちくわ たまご	たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ	じゃがいも さとう	さけ しょうゆ		
	副菜	ごまじゃこサラダ	とりにく しらすぼし	キャベツ ピーマン とうもろこし	ごま さとう ごまあぶら	しょうゆ す	1.7	乳製品
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
23 水	主食	パン			パン		603	
	主菜	ぶたにくのコロッケ	ぶたにく	たまねぎ	じゃがいも さとう パンご こむぎこ あぶら	しお		
	副菜	レモンあえ	しらすぼし	キャベツ きゅうり レモンかじゅう	さとう	しょうゆ		
	副菜	ABCスープ	とりにく	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	マカロニ	しお こしょう しょうゆ	2.5	種実類
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
24 木	主食	ごはん			こめ		598	
	主菜	さはのみそに	さば みそ		さとう でんぶん			
	副菜	ごまあえ		ほうれんそう もやし	ごま さとう	しょうゆ		
	副菜	とうふじる	とうふ あぶらあげ わかめ	たまねぎ にんじん こまつな		かつおぶし しお しょうゆ	1.7	果物
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
25 金	主食	パン いちごジャム			パン いちごジャム		606	
	主菜	ぶたにくのガーリックいため	ぶたにく なまあげ	キャベツ たまねぎ にんじん にんにく	ごまあぶら	しょうゆ しお こしょう		
	副菜	キャベツとくだんごのスープ	ミートボール とうふ	キャベツ にんじん こまつな えのきだけ		しょうゆ しお こしょう	2.2	いも類
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
28 月	主食	ごはん			こめ		606	
	主菜	にくじやが	ぶたにく なまあげ	たまねぎ にんじん いんげんまめ	じゃがいも こんにゃく さとう	しょうゆ		
	副菜	きりぼしだいこんのあますあえ	ちくわ	きりぼしだいこん にんじん きゅうり	ごま あぶら さとう	しょうゆ す	1.3	海藻
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
30 水	主食	しょうパン			パン		597	
	主菜	ちゃんぽんめん	ぶたにく いか	キャベツ もやし たまねぎ にんじん ねぎ さくらげ	ちゃんぽんめん あぶら	しょうゆ しお こしょう		
	副菜	こまつなサラダ	ツナみず	こまつな きゅうり キャベツ レモンかじゅう	あぶら さとう	す しょうゆ しお こしょう		
	デザート	オレンジ		オレンジ			2.5	小魚
	飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					

※1年生の給食開始は、15日(火)です。



給食当番の身支度

- 髪の毛が出ないように帽子をかぶろう
- マスクをきちんとつけよう
- つめは短く切っておこう
- 石けんを使って手を洗おう
- 清潔な白衣を着よう
- ハンカチを持とう

給食当番になった人は、給食の準備をする前に給食当番としてふさわしい清潔な身支度をしているかどうかを確認しましょう。

