

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	おもなざいりょう				栄養価 エネルギー 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とになる)	みどりの食品 (おもに体の調子を整えるもとになる)	きいろの食品 (おもにエネルギーのもとになる)	その他の食品		
9	水	主食	ココアパン			ココアパン		651	小魚
		主菜	カレーミルクスープ	ウインナー ゑゅうにゅう	たまねぎ ほうれんそう にんじん	じゃがいも あぶら	カレーこ 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	
		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	海藻
		主菜	しろみぎかなのフライ	ホキ		あぶら パンこ こむぎこ でんぶん	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	
		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	きのこ類
		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 パンこ さとう	グチャップ ウスターソース 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		
		デザート	はちみつレモンゼリー			はちみつレモンゼリー		2.4	
14	月	主食	ごはん			こめ		620	果物
		主菜	だいずいりとりそぼろ	とりにく たまご だいず	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	
		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	乳製品
		主菜	ポ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	カレー フォーソース しょうゆ トマトソース		
		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	
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
16	水	主食	パン			パン		588	豆類
		主菜	ミートボールのグチャップに	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	しょうゆ グチャップ フォーソース		
		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		
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				2.6	

4月17日(木)進級・入学お祝い献立

17	木	主食	ちらしずし	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	いも類
		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	わかだけじる	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	2.4	
		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			
18	金	主食	パン			パン		645	種実類
		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ためもの	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	
		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	海藻
		主菜	マーボーとうふ	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 たら しょうが にんにく	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	
		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	乳製品
		主菜	おやくに	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	ごまじゅこサラダ	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	
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
23	水	主食	パン			パン		603	種実類
		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 パンこ 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	
24	木	主食	ごはん			こめ		598	果物
		主菜	さばのみそに	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	
25	金	主食	パン いちごジャム			パン いちごジャム		606	いも類
		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	キャベツとにくだんごのスープ	ミートボール とうふ	キャベツ にんじん こまつな えのきたけ		しょうゆ しお こしょう	2.2	
		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	海藻
		主菜	にくじゃが	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	
		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	小魚
		主菜・副菜	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 きくらげ	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	
		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。

新年度が始まりました

給食を通して、望ましい食習慣の形成、地域の食文化や郷土料理に対する理解と関心を育みます。

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。

