

よくかんで ゆっくりと
たべましょう！

食べ物のがどにつまらないように、気を付け
ましょう。もち、パン、丸い形（球形）、つる
つるした物は特に注意！



令和 7 年

4 月分 献立表



(16回)

Aブロック（北海道小、三妻小、大生小、五箇小、北海道中、北海道一高附属中）

常総市豊岡学校給食センター

日 曜	こんだて名	主 な 材 料 と 食 品 分 類							栄養価	
		おもに体をつくる ＜1群＞ 魚・肉 卵・豆・豆製品	＜2群＞ 牛乳 小魚・海藻	おもに体の調子を整える ＜3群＞ 緑黄色野菜	＜4群＞ その他の野菜・きのこ 果物	おもにエネルギーになる ＜5群＞ 穀類 いも類・砂糖	＜6群＞ 種実類・油脂	調味料他	エネルギー (kcal)	食塩 (g)
8 火	チリドック (きれめいりコッペパン ウインナーチリソースかけ)	ウインナー		ピーマン トマト	たまねぎ	きれめいりコッペパン さとう	あぶら	ケチャップ トマトピューレ ウスターソース ようふうだし チリソース チリパウダー	小 681 中 831	3.2 3.9
	牛乳 ジャーマンポテト	ベーコン	牛乳	パセリ	にんにく たまねぎ	じゃがいも	あぶら	ようふうだし しお こしょう		
	かぼちゃのポタージュ	とりにく	だっしふんにゅう 牛乳 なまクリーム	かぼちゃ さやいんげん	たまねぎ エリンギ		バター	ポタージュのもと ようふうだし しお こしょう		
	ごはん 牛乳									
9 水	とりにくのおおりのりあげ (2.2.2.3)	とりにく	あおりのり		しょうが にんにく	でんぷん	あぶら	さけ しょうゆ しお こしょう	小 650 中 825	1.8 2.2
	コーンサラダ (コーンクリームドレッシング)			あかピーマン	とうもろこし キャベツ きゅうり	ドレッシング				
	かぶのくずしたて	ほたて とうふ たまご		にんじん こまつな	かぶ えのきたけ	でんぷん		しょうゆ しお かつおぶし みりん		
	ごはん 牛乳									
10 木	カレーなんばんうどん (ソフトめん カレーなんばんじる)	ふたにく なると あぶらあげ		にんじん ほうれんそう	たまねぎ もやし ねぎ	ソフトめん でんぷん	あぶら	さけ しょうゆ みりん カレーこ カレールウ わふうだし がらスープ	小 666 中 826	3.0 3.6
	牛乳		牛乳							
	ほうぎょうざ	ふたにく とりにく		にら	キャベツ たまねぎ ねぎ	パンこ でんぷん さとう こむぎこ	とんし あぶら			
	はくさいとなまあげのにびたし	なまあげ		こまつな にんじん	はくさい しめじ	さとう	ごまあぶら	さけ しょうゆ わふうだし		
11 金	ごはん 牛乳					ごはん				
	あじフライ(ソース)	あじ				パンこ でんぷん	あぶら	しお ソース	小 705 中 856	2.7 3.1
	きりぼしだいこんのもの	あぶらあげ さつまあげ		にんじん	きりぼしだいこん えだまめ	さとう	あぶら	しょうゆ みりん わふうだし		
	とんじる	ふたにく とうふ みそ		にんじん	だいこん ねぎ ごぼう	ごんにゃく じゃがいも	あぶら	さけ わふうだし		
14 月	ごはん 牛乳					ごはん				
	とりにくのうめマヨやき	とりにく みそ			うめ りんご	さとう	ノンエッグマヨネーズ	しょうゆ さけ かつおぶし	小 645 中 800	2.3 2.7
	はくさいのりあえ (わふうドレッシング)	のり		こまつな にんじん	はくさい もやし	ドレッシング				
	じゃがいもとたまねぎのみそしる	あぶらあげ とうふ みそ		にんじん	たまねぎ ねぎ	じゃがいも		かつおぶし		
15 火	★ にゅうがく・しんきゅう おいおいこんだて ★ ～ しょうがく ねんせいきょうしゅくかいし び 小学1年生給食開始日です！ ～									
	こめパン 牛乳		牛乳			こめパン				
	ハンバーグデミグラスソース	とりにく			たまねぎ しめじ	パンこ さとう	とんし あぶら	しょうゆ ソース ケチャップ あかワイン デミグラスソース トマトピューレ	小 664 中 837	2.8 3.7
	はなやさいサラダ (ソイドレッシング)			ブロッコリー にんじん	カリフラワー えだまめ		ドレッシング			
16 水	コーンクリームスープ	ベーコン	牛乳 だっしふんにゅう なまクリーム	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム とうもろこし		バター	こしょう ホホワイトソース ポタージュのもと ようふうだし		
	とうにゅうプリン	とうにゅう				さとう みずあめ	あぶら			
	ごはん 牛乳					ごはん				
	マヨたまフライ	ソーセージ たまご				でんぷん パンこ こむぎこ	ドレッシング あぶら とんし		小 672 中 809	2.0 2.3
17 木	にくじゃが	ふたにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも しらたき さとう	あぶら	さけ しょうゆ みりん わふうだし		
	わかたけじる	とりにく とうふ	わかめ	にんじん	たけのこ たまねぎ			しお しょうゆ みりん かつおぶし こんぶ		
	★ きょうどりょうり (大阪府) ★ ～ がつ にち 4月13日から大阪・関西万博が開催されます！ ～									
	きつねうどん (ソフトめん きつねじる)	とりにく なると あぶらあげ	わかめ	にんじん こまつな	ねぎ ほししいたけ しょうが	ソフトめん さとう		さけ しょうゆ みりん しお かつおぶし こんぶ	小 631 中 823	2.9 3.7
18 金	牛乳		牛乳							
	たこやき (2.2.2.3)	たこ たまご			キャベツ たまねぎ しょうが	こむぎこ さとう でんぷん	あぶら			
	ふたにくとごぼうのもの	ふたにく		にんじん	ごぼう えだまめ しょうが	ごんにゃく さとう	あぶら	しょうゆ さけ みりん わふうだし		
	★ げんえん こんだて ★ 毎月20日は、「いばらき美味しおデー」です！									
21 月	ごはん 牛乳					ごはん				
	さわらのこうそうやき	さわら						シーズニングスパイス さけ	小 617 中 769	1.8 2.1
	アスパラガスとキャベツのサラダ (サウザンアイランドドレッシング)			アスパラガス にんじん	キャベツ とうもろこし		ドレッシング			
	ふたにくのみぞれじる	ふたにく なまあげ		にんじん	だいこん もやし ねぎ えのきたけ			しょうゆ みりん しお かつおぶし さけ		
21 月	ごはん 牛乳					ごはん				
	ふたにくのたまねぎソースかけ	ふたにく			たまねぎ しょうが にんにく	でんぷん さとう	ごまあぶら	しょうゆ す さけ こしょう	小 720 中 889	2.2 2.6
	ツナとひじきのサラダ (わふうクリームドレッシング)	まぐろあぶらづけ	ひじき	こまつな にんじん	もやし れんこん		ドレッシング			
	はるやさいのとうにゅうみそしる	とうにゅう みそ とうふ あぶらあげ		なばな にんじん	キャベツ ごぼう しめじ	じゃがいも		かつおぶし		

◆給食費は翌月末日に口座振替をします(12月は25日)。土日祝の場合は金融機関の翌営業日です◆



しょうがく ねんせい きょうしゅくかいし
小学1年生の給食開始は
がつ にち か
4月15日(火)です。



★おはしセットの購入について★

おはしセットを購入したい方は、学校を通してお申し込みください。
(ケース・はし・スプーン・フォークのバラ売りも可能です。)
給食センターから納付書を添えて、お子様にお渡しします。
代金は納期限までに金融機関で納付してください。



