

令和7年
学校給食4月分予定献立表



今月の目標

協力して給食の準備・後片付けをしよう

東浦町学校給食センター



おどいちゃん
備考
エネルギー
たんぱく質

日曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー	たんぱく質
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる			
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実		
11	金	ご飯 米粉ハヤシライス 卵の花子キンナゲツ キャベツサラダ	牛乳 豚肉 鶏肉 おから まぐろ	牛乳	にんじん トマト 玉ねぎ エリンギ にんにく	米 じゃがいも 砂糖	Re-Bone 油揚げ イタリアンドレッシング	チキンナゲツ 2個 751kcal 31.1g	
14	月	麦ご飯 しゅうまい マーボー豆腐 パンハンジーサラダ	牛乳 豚肉 豆腐 豚肉 鶏レバー みそ 鶏肉	牛乳	にんじん ねぎ にんじん きゅうり キャベツ もやし	米 麦 小麦粉 パン粉 でんぷん 砂糖 でんぷん	ごま油 パンハンジードレッシング ごま	しゅうまい 2個 791kcal 34.5g	
15	火	ご飯 いわしの生妻煮 肉じゃが キャベツのゆかりあえ	牛乳 いわし 豚肉 さつま揚げ	牛乳	しょうが にんじん しそ	砂糖 でんぷん 玉ねぎ こんにゃく キャベツ		756kcal 28.8g	
16	水	ご飯 あじフリッター 五目きんぴら かきたま汁	牛乳 あじ 豚肉 卵 鶏肉	牛乳 あおさ おきあみ	にんじん 枝豆 にんじん こまつな	米 小麦粉 でんぷん 砂糖 米粉 砂糖	ごま油	あじフリッター 2個 713kcal 28.4g	
17	木	小型ロールパン 焼きそば レバー入りつくね フルーツのヨーグルトあえ	牛乳 豚肉 いか ちくわ かつお節 鶏肉 鶏レバー	牛乳	にんじん こまつな 玉ねぎ	パン キャベツ やきそばめん でんぷん 米粉パン粉 砂糖	菜種油 菜種油	つくね 2個 740kcal 33.8g	
18	金	ご飯 手羽先風からあげ ふきとたけのこのおかか和え 具だくさんみそ汁	牛乳 鶏肉 かつお節 かまぼこ 豚肉 油揚げ みそ	牛乳	にんにく にんじん こまつな	米 でんぷん 砂糖 砂糖	米油 ごま キャベツ えのきたけ 玉ねぎ	鶏肉 2個 800kcal 37.3g	食育の日
21	月	麦ご飯 米粉カレーライス オムレツのトマトソースかけ 豆まめサラダ	牛乳 豚肉 卵 大豆 まぐろ	牛乳 ヨーグルト	にんじん トマト にんじん	米 麦 玉ねぎ しょうが にんにく 砂糖	じゃがいも ごまドレッシング	757kcal 26.1g	
22	火	ご飯 ししゃもフライのレモンソースかけ 野菜とささみのあえもの 沢煮椀	牛乳 ししゃも 鶏肉 豚肉 豆腐 油揚げ	牛乳	にんじん こまつな にんじん ねぎ	米 小麦粉 パン粉 砂糖 砂糖	米油 大根 ごぼう 干しいたけ ねぎ	ししゃも 2個 766kcal 28.8g	
23	水	ご飯 さわらのしょうゆマヨネーズ焼き 凍り豆腐の卵とじ煮 キャベツの香の物あえ	牛乳 さわら 卵 凍り豆腐 鶏肉 かまぼこ にんじん	牛乳	にんじん ねぎ にんじん	米 玉ねぎ 干しいたけ ねぎ 砂糖 でんぷん	卵なしマヨネーズ ごま	783kcal 35.8g	
24	木	ソフトめん 米粉ミートソース グリル野菜のマリネサラダ 甘夏ポンチ	牛乳 豚肉 鶏レバー ハム	牛乳	にんじん パセリ トマト にんじん	ソフトめん 砂糖 砂糖	イタリアンドレッシング	846kcal 32.2g	
25	金	ご飯 鶏肉のケチャップソースかけ ポテトサラダ 呉汁	牛乳 鶏肉 ハム 豚肉 豆腐 油揚げ みそ 大豆 豆乳	牛乳	にんじん にんじん ねぎ	米 玉ねぎ きゅうり とうもろこし 砂糖	じゃがいも 卵なしマヨネーズ	788kcal 40.1g	
28	月	麦ご飯 ビビンバ(肉・卵) ビビンバ(野菜) トック入り中華スープ	牛乳 豚肉 みそ 卵 鶏レバー にんじん こまつな 鶏肉 豆腐	牛乳	にんにく しょうが もやし にんじん チンゲンサイ ねぎ	米 麦 砂糖 砂糖	ごま	739kcal 33.3g	
30	水	ご飯 さばの銀紙焼き 玉ねぎとわかめの和風サラダ 豚肉と大根の煮物	牛乳 さば みそ まぐろ 豚肉 生揚げ さつま揚げ	牛乳	にんじん にんじん	米 砂糖 米粉 砂糖	玉ねぎドレッシング	776kcal 35.3g	

東浦町では、「食物アレルギーに関する情報」と「野菜・果物と肉類の産地情報」をホームページで公開しています。
 「東浦町学校給食センター」⇒「食物アレルギーに関する情報」⇒「詳細な献立表(アレルギー対応)」と「野菜・果物の産地情報」の順で、検索してください。

★は、業者から学校へ直接配送されます。 ※ 材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

今月の愛知産は・・・

ふき たけのこ キャベツ たまねぎ

きゅうり だいこん にんじん れんこん パセリ
ねぎ トマト チンゲンサイ こまつな はくさい

毎月19日は「食育の日～お家でごはんの日」

平均値	770kcal	32.7g
基準値	820kcal	33.8g