

令和7年4月神山町中学校予定献立表

令和7年4月神山町中学校予定献立表						ざ い り ょ う め い			
日	曜	主 食	牛乳	つ き 物	お か ず	あか	みどり	き	エネルギー
						血・筋肉・骨をつくる	体のはたらきをよくする	力や体温のもとになる	kcal
8	火	(切りこみ コッペパン)	○	マヨネーズ	セルフツナサンド コーンポタージュ	牛乳 とり肉 ツナ 白いんげん	にんじん キャベツ たまねぎ きゅうり コーン	パン じゃがいも マヨネーズ	795
9	水	(ごはん)	○	(中)お祝い ゼリー	親子丼 だいこんなます	牛乳 とり肉 たまご かまぼこ	にんじん ねぎ たまねぎ だいこん れんこん	精白米 さとう (中)ゼリー	793
10	木	こがた なると金時 パン	○		スパゲティナポリタン イタリアンサラダ	牛乳 ベーコン	にんじん ピーマン トマト マッシュルーム たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり コーン	パン さとう 油 さつまいも スパゲティ ドレッシング	765
11	金	ごはん	○		さばのみそ煮 おひたし わかたけ汁	牛乳 さば みそ とうふ かつお節 わかめ なたまき	ほうれん草 にんじん 白菜 たけのこ しいたけ	精白米 さとう	777
14	月	(ごはん)	○		カレーライス 和風サラダ	牛乳 豚肉 糸かまぼこ 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ りんご グリンピース にんにく キャベツ きゅうり コーン	精白米 じゃがいも 油 ドレッシング	771
15	火	チーズパン	○	ソース	白身魚フライ ボイル野菜 マカロニ入りミネストローネ	牛乳 とり肉 ホキ 大豆 チーズ	にんじん トマト キャベツ たまねぎ にんにく	パン 小麦粉 パン粉 じゃがいも マカロニ 油 バター	763
16	水	ごはん	○		マーボー豆腐 ナムル	牛乳 豚肉 とうふ まめミンチ みそ チキンハム	にんじん 小松菜 しょうが にんにく たまねぎ たけのこ グリンピース もやし	精白米 さとう ごま油 でんぷん	796
17	木	パンプキン パン	○		ハンバーグのケチャップソースかけ もやしとコーンのサラダ レタスのスープ	牛乳 豚肉 とり肉 わかめ	かぼちゃ にんじん もやし コーン レタス きゅうり たまねぎ しいたけ	パン さとう 油 でんぷん バター ドレッシング	753
18	金	麦入り ゆかりごはん	○		豚肉のしょうが焼き みそ汁	牛乳 豚肉 とうふ 油揚げ みそ	にんじん ピーマン たまねぎ しょうが だいこん	精白米 押し麦 油 さとう でんぷん じゃがいも	813
21	月	ごはん	○		いわしの梅煮 いそかあえ 豚汁	牛乳 豚肉 いわし とうふ 油揚げ みそ 塩昆布	ほうれん草 にんじん キャベツ たまねぎ うめ こんにゃく	精白米 ごま さつまいも	769
22	火	こがた ことうパン	○		焼きそば 切り干し大根のツナあえ	牛乳 豚肉 青のり かつお節 さつまあげ ツナ	にんじん 小松菜 キャベツ たまねぎ 切り干し大根	パン 黒糖 油 中華めん さとう	749
23	水	～ 給食はありません ～							
24	木	まるパン	○	いちご ジャム	とり肉とマカロニのクリーム煮 グリーンサラダ	牛乳 とり肉	にんじん ブロッコリー たまねぎ キャベツ グリンピース コーン きゅうり	パン ジャム 油 じゃがいも 生クリーム マカロニ ドレッシング	813
25	金	ごはん	○	ふりかけ	ポテトとお米のささみカツ チンゲンサイともやしのあえもの みそけんちん汁	牛乳 ささみ とうふ 油揚げ みそ	チンゲンサイ もやし にんじん だいこん ごぼう こんにゃく	精白米 さとう 油 米粉フレーク ポテトフレーク	737
28	月	ごはん	○		肉じゃが ちぐさあえ	牛乳 豚肉 たまご がんもどき	にんじん いんげん ほうれん草 キャベツ たまねぎ こんにゃく	精白米 さとう 油 じゃがいも ごま	782
30	水	(ごはん)	○		中華丼 揚げぎょうざの甘酢あん	牛乳 豚肉 とり肉 えび いか ひじき	にんじん なら 白菜 しょうが にんにく たまねぎ もやし たけのこ	精白米 油 ごま油 さとう 小麦粉 でんぷん	845
☆★ 材料の購入, その他の都合により献立を変更することがありますので, ご了承ください。 ★☆ ※4月の神山町産は、ほうれん草・キャベツ・しいたけ・すだち酢・ゆず酢・お茶の予定です。								平均 (基準値中学生: 830)	783