



令和7年度

4月給食献立予定表

秩父市立荒川共同調理場



日	曜	主 食	牛乳	お か す	ち にく ほね は 血や肉、骨や歯に なる食品 (赤)	なつ ちから 熱や力のもとに なる食品 (黄)	からだの調子を 整える食品 (緑)	I単位 - kcal	外質 g
10	木	ごはん	牛乳	とりにくのごまだれかけ もやしちゅうかサラダ とうふとたまごのスープ	牛乳 とりにく たまご わかめ とうふ	ごはん かたくりこ あぶら さとう ごまあぶら ちゅうかドレッシング	しょうが にんにく ごまつな りょくとうもやし にんじん たまねぎ	624	29.4
11	金	じごなうどん	牛乳	きつねうどんのしる いかのてんぷら ゆかりあえ	牛乳 あぶらあげ とりにく いか	うどん さとう あぶら	にんじん ほししいたけ たまねぎ ほうれんそう きゃべつ ごまつな	653	25.8
14	月	わかめごはん	牛乳	じゃがいものそぼろに ほうれんそうのごまあえ いちごゼリー	牛乳 とりにく	ごはん じゃがいも さとう かたくりこ ごま いちごゼリー	たまねぎ にんじん いんげん ほうれんそう きゃべつ りょくとうもやし	581	20.7
15	火	ごはん	牛乳	チキンカツ いそかあえ はるやさいのみそしる	牛乳 チキンカツ (とり) のり あぶらあげ	ごはん あぶら さとう じゃがいも	ほうれんそう りょくとうもやし にんじん きゃべつ たまねぎ	605	21.9
16	水	コッペパン	牛乳	やきそば ウイナーケチャップ ブロッコリーサラダ	牛乳 ぶたにく ウイナー	パン ちゅうかめん あぶら イタリアンドレッシング さとう	にんじん きゃべつ たまねぎ りょくとうもやし ブロッコリー	650	27.6
17	木	ごはん	牛乳	とりにくのからあげ たくあんあえ とんじる	牛乳 とりにく ぶたにく とうふ あぶらあげ	ごはん あぶら かたくりこ ごま じゃがいも	しょうが にんにく にんじん せんぎだいこんづけ りょくとうもやし ごぼう ねぎ ほうれんそう	648	29.8
18	金	あつぎりしよくパン ☆アプリコットジャム	牛乳	コーンポタージュ たこナゲット② グリーンサラダ	牛乳 ベーコン ナゲット	パン ジャム あぶら はくりきこ パター さとう	とうもろこし たまねぎ きゃべつ ブロッコリー えだまめ	659	24.3
21	月	ごはん	牛乳	しろみさかなのピリからソース ほうれんそうのナムル はるさめスープ	牛乳 たら とりにく わかめ	ごはん あぶら かたくりこ かんこくナムルドレッシング はるさめ ごまあぶら さとう	しょうが にんにく にんじん ほうれんそう りょくとうもやし たまねぎ	596	25.7
22	火	ごはん	牛乳	ポークカレー フルーツココ パリッシュ	牛乳 ぶたにく こさかな	ごはん じゃがいも あぶら カレールウ	たまねぎ にんじん にんにく ナタデココ モモ みかん パイナップル	641	20.9
23	水	子どもパン	牛乳	デミグラスソースハンバーグ 3しよくサラダ ABCスープ	牛乳 ハンバーグ ベーコン	パン あぶら さとう たまねぎドレッシング マカロニ	たまねぎ ブロッコリー カリフラワー とうもろこし きゃべつ	602	23.7
24	木	ごはん	牛乳	さばのみそに ごもくきんぴら かきたまじる	牛乳 サバ とりにく ちくわ とうふ たまご	ごはん あぶら さとう かたくりこ	にんじん ごぼう こんにゃく れんこん たまねぎ ごまつな	641	30.2
25	金	ちゅうかめん	牛乳	やさいラーメンのスープ あげぎょうざ② チョレギサラダ	牛乳 ぶたにく ぎょうざ わかめ のり	ちゅうかめん あぶら ごま しおちゅうかドレッシング	しょうが にんにく きゃべつ りょくとうもやし にんじん ねぎ きくらげ ほうれんそう	618	24.2
28	月	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 はるさめサラダ あじフリッター②	牛乳 ぶたにく とうふ あじ	ごはん あぶら さとう かたくりこ はるさめ ごまあぶら	たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ ねぎ しょうが にんにく きゃべつ りょくとうもやし	690	28.0
30	水	はちみつパン	牛乳	とりにくのこうそうやき コールスローサラダ ミネストローネ	牛乳 とりにく ベーコン	パン オリーブオイル コーンクリームドレッシング マカロニ さとう じゃがいも	きゃべつ にんじん とうもろこし たまねぎ にんにく トマト	620	26.4

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。
◆給食に関する行事については、各学校のおたよりで確認してください。



ごにゅうがく・ごしんきゅう
おめでとうございます



しんねんどがはじまりました。
あたらしいせいかつへのきたいに
むねをふくらませているいっぽうで、
かんきょうがかわりつかれやストレスがたまりやすいじきです。
よるははやめにねて、あさごはんをしっかりと食べてから
とうこうするようにしましょう。

こんねんどもきゅうしよくをとおして
マナーやしよくのちしきなど
たくさんのことをまなんでほしいとおもいます。
そしてみなさんがさらにせいちょうできるような
きゅうしよくのていきょうにつとめていきます。
こんねんどもよろしくおねがいします！

