



令和7年度 4月献立予定表



原谷小学校共同調理場（原谷小学校・高篠小学校）

日（曜日）	献立名			おもなはたらき			えいようりょう	
				黄 ねつやかのもと	赤 体をつくる	緑 体の調子をととのえる	エネルギー (キロカロ リー)	たんぱくしつ (グラム)
10(木)	ツイストパン	牛乳	ボークビーンズ ブレンオムレツ コールスローサラダ (コンクリート・レツツグ)	ツイストパン じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず オムレツ	たまねぎ にんじん ビーマン にんにく キャベツ とうもろこし きゅうり	647	28.3
11(金)	ごはん	牛乳	キャベツのみそしる あじつけチキンカツ ごもくきんぴら	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ とり チキンカツ ちくわ	キャベツ にんじん たまねぎ ごぼう こんにゃく いんげん	664	25.5
14(月)	ごはん	牛乳	じゃがいものみそしる さばのみそに たくあんあえ	ごはん じゃがいも ごま	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ さば	たまねぎ にんじん たくあん ほうれんそう もやし	603	24
15(火)	わかめごはん	牛乳	あつあげのごもくに こまつなあえもの いちごゼリー	ごはん あぶら かたくりこ さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう わかめ あつあげ ぶたにく	にんじん たまねぎ たけのこ こまつな キャベツ いちごゼリー	601	23.7
16(水)	じごなうどん	牛乳	さぬきうどんのしる いかのてんぷら ごまあえ	じごなうどん あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう いか ぶたにく あぶらあげ なると わかめ	にんじん ながねぎ しょうが キャベツ ほうれんそう もやし	638	24.3
17(木)	はちみつパン	牛乳	ABCマカロニスープ ハンバーグデミグラスソース はなやさいサラダ	はちみつパン あぶら じゃがいも マカロニ さとう	ぎゅうにゅう ベーコン ハンバーグ	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	636	26.7
18(金)	 食育の日 ごはん	牛乳	こんさいのみそしる とりのからあげ いそかあえ	ごはん あぶら かたくりこ さとう	ぎゅうにゅう とうふ とり きのり	だいこん ごぼう にんじん はくさい にんにく しょうが キャベツ ほうれんそう	598	27.6
21(月)	ごはん	牛乳	とんじる しろみさかなのなんばんすけ きりほしだいこんのあえもの	ごはん あぶら ごま じゃがいも さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく しろみさかな	にんじん ながねぎ ごぼう だいこん にんにく しょうが きりほしだいこん もやし きゅうり ほうれんそう	598	27.6
22(火)	コッペパン スライス	牛乳	やきそば ウインナーケチャップ ブロッコリーサラダ	コッペパン あぶら やきそばめん さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく いか ウインナー	キャベツ にんじん たまねぎ ブロッコリー	634	31.2
23(水)	たけのこごはん	牛乳	たまねぎのみそしる あつやきたまご ヨーグルト	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう とうふ とり きのり あぶらあげ わかめ ヨーグルト あつやきたまご	たけのこ にんじん たまねぎ ほししいたけ いんげん	616	27.5
24(木)	ココアマール しょくぼん	牛乳	コーンポタージュ たこナゲット ② グリーンサラダ	ココアマールしょくぼん あぶら さとう	ぎゅうにゅう たこナゲット ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ ブロッコリー むきえだまめ コーンペースト	690	25.5
25(金)	ごはん	牛乳	チキンカレー ちちぶこんにゃくサラダ バリッシュ	ごはん じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう わかめ とり きのり バリッシュ	たまねぎ にんじん キャベツ しょうが にんにく とうもろこし サラダこんにゃく ほうれんそういりこんにゃく にんじんいりこんにゃく	600	23.4
28(月)	ごはん	牛乳	とうふのうまに はるさめサラダ プリン	ごはん あぶら ごまあぶら かたくりこ さとう はるさめ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく プリン	たまねぎ ちんげんさい にんじん たけのこ にんにく しょうが キャベツ もやし 赤ビーマン ほししいたけ	619	24.4
30(水)	ちゅうかめん	牛乳	ごまみそラーメンスープ あげぎょうざ ② ほうれんそうのナムル	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎょうざ	にんじん もやし とうもろこし ながねぎ ほうれんそう しょうが	642	26

*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。
※毎月19日は「食育の日」です。

給食が始まります！



学校給食では、子供たちの体と心の成長を支えるために、安全・安心で
栄養のバランスがよい、おいしい食事の提供をしています。また、学校給
食には、望ましい食習慣や実践力を身につけるための教材としての役割も
あります。

ご家庭でも、ぜひ給食の話題に触れてみてください！



