



# 令和6年 4月分学校給食献立予定表



白河市大信学校給食センター

日 曜	献立名	あ か		み どり		き い ろ		【栄養価】				家で食 べてほ しい食 品	お休 みの 学校		
		おもに血や肉など体をつくる ものになるもの		体の調子を整えるものになるもの		熱や力を出す エネルギーのもとになるもの		エ ネ ル ギ ー	たん ぱ く 質	脂 質	塩 分				
9 火	ごはん ぶた肉のアップルソース えだ豆サラダ なめこ汁	牛乳	ぶた肉 ひじき チーズ にぼし みそ		しょうが たまねぎ りんご えだまめ キャベツ にんじん なめこ だいこん こまつな	ごはん こむぎこ さとう ごま じゃがいも	-	-	-	-	-	大豆製品	幼稚園		
10 水	ごはん ぶりみそ漬けフライ きりぼし大根カレーいため ニラのみそ汁	牛乳	ぶりみそ漬けフライ さつまあげ とうふ にぼし みそ		きりぼし大根 こんにゃく にんじん ピーマン たまねぎ にら えのきたけ	ごはん だいたま油 さとう カレー粉 こめ油	-	-	-	-	-	い も 類	幼稚園		
11 木	ごはん 手作りとりつくねチーズ焼き ごぼうサラダ こまつなのみそ汁	牛乳	とり肉 ぶた肉 チーズ あぶらあげ にぼし みそ		たまねぎ ごぼう だいこん きゅうり にんじん こまつな	ごはん パン粉 ごま 卵不使用マヨネーズ さともいも	-	-	-	-	-	き の こ	幼稚園 中学校		
12 金	食パン いちご&マーガリン タンドリーチキン コールスローサラダ クラムチャウダー	牛乳	とり肉 ヨーグルト あさり ベーコン 生クリーム		キャベツ にんじん ブロッコリー たまねぎ コーン パセリ	食パン いちご&マーガリン カレー粉 じゃがいも パター ベシメルルー ポタージュール こめ油	-	-	-	-	-	さ か な	幼稚園		
15 月	ごはん 赤うおの白しょうゆ焼き ひじきのいために かきたま汁	牛乳	あかうお とり肉 だいす ひじき たまご とうふ にぼし みそ		にんじん ほししいたけ ごぼう こんにゃく グリンピース たまねぎ こまつな	ごはん こめ油 さとう	-	-	-	-	-	く だ も の	幼稚園		
16 火	ごはん 手作りハンバーグ ポテトサラダ 鉄分たっぷりみそ汁	牛乳	ぶた肉 とり肉 たまご ハム しみとうふ あぶらあげ にぼし みそ		たまねぎ にんじん ブロッコリー もやし ほししいたけ こまつな	ごはん パン粉 パター さとう じゃがいも マカロニ 卵不使用マヨネーズ	-	-	-	-	-	海 そ う	幼稚園 小学校		
17 水	キムタクごはん いそあえ 春さめスープ 県産ひとくちおとめゼリー	牛乳	ぶた肉 たまご かまぼこ のり とうふ ベーコン なると		にんじん たくあん はくさい にんにく ほうれんそう もやし ちんげんさい ほししいたけ	ごはん ごま油 はるさめ かたくりこ 一口ももゼリー	-	-	-	-	-	小 魚	幼稚園		
18 木	カミカミ給食 わかめごはん いかメンチカツ ごもきんぴら こんさい汁	牛乳	わかめ いかメンチカツ とり肉 さつまあげ		ごぼう にんじん こんにゃく いんげん だいこん ごぼう しめじ ほししいたけ ねぎ みそ	ごはん だいたま油 ごま ごま油 さとう じゃがいも こめ油	-	-	-	-	-	乳 製 品	幼稚園		
19 金	とり五目うどん(ソフトめん) やさいかきあげ 大根のおかかあえ	牛乳	とり肉 あぶらあげ なると わかめ かつおぶし かまぼこ		ほししいたけ だいこん にんじん ねぎ こまつな たまねぎ しょうが かきあげ	ソフトめん だいたま油 さとう ごま油	511	200	176	18	-	く だ も の	小学校		
22 月	入園・入学・進級祝い給食 きのこごはん とうふナゲット おひたし すまし汁 お祝いクレープ	牛乳	とうふナゲット かまぼこ とり肉 はんぺん とうふ		ひらたけ しいたけ まいたけ にんじん もやし こまつな しょうが みずな	ごはん だいたま油 クレープ(卵・乳不使用)	494	175	213	12	663	226	278	1.7	さ か な
23 火	減塩給食 ごはん さわらの西京焼き しそひじきあえ ならとぶた肉のとりみ汁	牛乳	さわら みそ ひじき ぶた肉 とうふ		しょうが こまつな だいこん にんじん しいたけ はくさい にら	ごはん さとう ごま かたくりこ	461	229	137	09	591	285	165	1.1	い も 類
24 水	ごはん はるまき チンジャオロース ワンタンスープ	牛乳	はるまき ぶた肉 肉いりワンタン		しょうが にんにく たけのこ ピーマン パプリカ にんじん ちんげんさい もやし ほししいたけ	ごはん だいたま油 さとう こめ油 かたくりこ ごま油	465	170	146	18	616	225	185	24	海 そ う
25 木	清流豚カレーライス(麦ごはん) ブロッコリーサラダ さくらゼリー	牛乳	ぶた肉 ツナ		しょうが にんにく たまねぎ にんじん りんご だいこん ブロッコリー コーン	麦ごはん こめ油 じゃがいも カレールウ パター さくらゼリー	601	186	196	21	723	226	223	22	大豆製品
26 金	食パン マーシャルピーンズ ハッシュポテト キャベツのごまサラダ カレー風味コンソメスープ	牛乳	ウインナー		ブロッコリー キャベツ コーン にんじん たまねぎ ほうれんそう	食パン マーシャルピーンズ ハッシュポテト ごま さとう ごま油 じゃがいも カレー粉	486	154	210	16	602	195	238	21	さ か な
29 月	昭和の日														
30 火	麦ごはん 肉シュウマイ もやしのナムル マーボーとうふ	牛乳	にくしゅうまい とうふ ぶた肉 みそ		もやし こまつな ほししいたけ たけのこ にんじん にら たまねぎ ねぎ にんにく しょうが	麦ごはん さとう ごま油 ラー油 こめ油 かたくりこ	489	190	168	16	663	249	226	22	小 魚

★ 材料等の都合により、献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

★ 栄養価は、上段が幼稚園、中段が小学校、下段が中学校の数値です。【単位：エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)】

★ 給食は、市の測定器で放射性物質検査を行い、安全を確認した後提供しています。検査結果は市のホームページに掲載しています。



朝ごはんは、体を目覚めさせ、午前中の活動のエネルギー源となる大切な食事です。しっかりと食べる習慣を身につけましょう！

4月栄養価平均(幼稚園)	501	18.6	17.8	1.5
(小学校)	644	24.9	21.5	2.1
(中学校)	811	30.2	24.7	2.6