



令和7年4月 学校給食予定献立表



大崎学校給食センター

今月の給食目標



給食のきまいを覚えよう！

※地場産物（広島県産）については、太字にしています。
※栄養価は基準として、小学校3、4年生の量で記載しています。
※物資の都合で、献立を変更することがあります。ご了承ください。
※これまでお子さんが食べたことのない食べ物が出ている場合は、念のため、ご家庭で事前に食べる経験をしておくなど、ご配慮ください。

日	曜 日	献立名	主な使用材料						栄養価 エネルギー (kcal) 食塩 (g)
			赤		緑		黄		
			血や肉になる食品		体の調子を整える食品		熱や力になる食品		
			1群 肉・魚・卵・ 大豆製品	2群 牛乳・乳製品 ・海藻類	3群 緑黄色 野菜	4群 その他の野菜・ 果実類	5群 穀物・芋類 ・砂糖類	6群 油脂類・ 種実類	
7	月	ご飯 牛乳 豚肉と野菜のオイスター炒め レタスの卵スープ	豚肉 卵	牛乳	にんじん チンゲン菜	玉ねぎ ししいたけ レタス しめじ	米 砂糖 片栗粉	米油	522 1.0
8	火	ご飯 牛乳 のり佃煮 高野豆腐と大根の煮物 きんぴらごぼう	鶏肉 高野豆腐 さつま揚げ	牛乳 のり佃煮 昆布	にんじん さやいんげん	玉ねぎ 大根 ごぼう れんこん 干しいたけ 板こんにゃく	米 砂糖	米油 白ごま ごま油	576 1.8
9	水	ハヤシライス 牛乳 マカロニサラダ お祝い紅白ゼリー	豚肉 ハム	牛乳	にんじん トマト	玉ねぎ マッシュルーム 枝豆 きゅうり	米 麦 薄力粉 砂糖 マカロニ ゼリー	米油 マヨネーズ	641 1.7
10	木	食パン 牛乳 わくわくJJJ(ジャコジャガじゃけん) コロコロ彩りサラダ	大豆 みそ	牛乳 しらす干し チーズ	にんじん トマト チンゲン菜	エリンギ しめじ 枝豆 キャベツ 板こんにゃく レモン	食パン じゃがいも 薄力粉 砂糖	オリーブ油	490 1.8
11	金	ご飯 牛乳 さばのみそ煮 小松菜のおひたし ふわふわ汁	さば みそ かつお節 豆腐 油揚げ	牛乳	小松菜 にんじん ねぎ	しょうが 生姜 もやし 玉ねぎ	米 砂糖 焼きふ		617 1.6
14	月	ご飯 牛乳 麻婆豆腐 ブロッコリーの春雨サラダ	豆腐 豚肉 みそ	牛乳	にんじん ねぎ ブロッコリー	玉ねぎ たけのこ 干しいたけ	米 砂糖 片栗粉 春雨	米油 ごま油	566 1.5
15	火	ご飯 牛乳 あじの南蛮漬け ワンタンスープ	あじ 鶏肉	牛乳	にんじん ピーマン チンゲン菜	玉ねぎ しめじ	米 片栗粉 砂糖 ワンタンビー	サラダ油	581 1.7
16	水	豚丼 牛乳 めかぶ和え	豚肉	牛乳 めかぶわかめ	にんじん ねぎ	玉ねぎ ごぼう 干しいたけ もやし きゅうり 糸こんにゃく	米 砂糖	米油 白ごま	533 1.3
17	木	ご飯 牛乳 鶏肉の塩レモン焼き アスパラのごま和え 野菜スープ	鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん ねぎ アスパラガス ブロッコリー	キャベツ しめじ もやし レモン	米 砂糖	白ごま	557 1.7
18	金	ご飯 牛乳 呉の肉じゃが 大根のわさび風味	牛肉 豚肉	牛乳	にんじん 小松菜	玉ねぎ 大根 糸こんにゃく	米 じゃがいも 砂糖	米油	511 1.0
21	月	ご飯 牛乳 厚揚げと春キャベツのみそ炒め ばち汁	豚肉 厚揚げ みそ 鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん ねぎ	もやし キャベツ ししいたけ 玉ねぎ しめじ	米 砂糖 そうめん	米油	550 1.4
22	火	ご飯 牛乳 大豆の磯煮 じゃこおかか和え	大豆 鶏肉 さつま揚げ かつお節	牛乳 干しひじき しらす干し	ひろしま菜 にんじん さやいんげん	キャベツ もやし 板こんにゃく	米 砂糖	米油	517 1.8
23	水	ご飯 牛乳 鮭の塩焼き ごま酢和え 相性汁	鮭 豚肉 油揚げ みそ	牛乳	にんじん 小松菜 ねぎ	もやし 玉ねぎ 板こんにゃく	米 砂糖	白ごま	656 1.7
24	木	ロールパン 牛乳 ジャージャー麺 キャベツのアーモンド和え	鶏肉	牛乳	にんじん ねぎ 小松菜	玉ねぎ たけのこ キャベツ 干しいたけ	ロールパン 中華めん 砂糖	米油 ごま油 アーモンド	579 2.3
25	金	ご飯 牛乳 ポトフ アスパラサラダ	鶏肉	牛乳	にんじん アスパラガス	玉ねぎ キャベツ とうもろこし	米 じゃがいも 砂糖	オリーブ油	527 1.6
28	月	ご飯 牛乳 たけのこの煮しめ 大根ののり酢和え レモンゼリー	牛肉 豚肉	牛乳 のり	にんじん 小松菜 さやいんげん	玉ねぎ たけのこ 大根 もやし 板こんにゃく	米 砂糖 ゼリー	米油	540 1.0
30	水	ご飯 牛乳 グヤーシュ きゅうりのサラダ	牛肉 豚肉	牛乳 しらす干し	にんじん トマト	玉ねぎ 黄ピーマン キャベツ きゅうり	米 じゃがいも 砂糖	オリーブ油	546 1.1