



4月 給食こんだてひょう



ご入学、ご進級 おめでとうございます！

令和7年4月
上島町弓削学校給食センター

日 曜	こんだてめい	おもなざいりょう			小14材- 小蛋白質 中14材- 中蛋白質
		血や骨や筋肉をつくるもの	エネルギー源になるもの	体の調子をよくするもの	
8 火	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		649
	もずくのみそしる	もずく,とうふ,とりにく,みそ		たまねぎ,えのき,にんじん,葉ねぎ	24.1
	チャプチェ	レモンポーク	はるさめ,さとう,でんぷん,ごま油,ごま	しょうが,たまねぎ,にんじん,こまつな	805
	ツナポテトサラダ	ツナ	じゃがいも,オリーブ油,さとう	きゅうり,キャベツ,レモン果汁	29.4
9 水	わかめごはん・牛乳	牛乳,わかめ	米,麦		637
	ABCスープ	レモンポーク	マカロニ	たまねぎ,にんじん,キャベツ,パセリ	22.4
	ポテトグラタン	とりにく,牛乳,チーズ	油,じゃがいも,バター,こむぎこ,パンこ	たまねぎ,ブロッコリー	789
	やさしいマリネ		油,さとう,ごま油	だいこん,きゅうり,にんじん	27.1
10 木	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		675
	あつあげのうまに	レモンポーク,あつあげ	じゃがいも,さとう	しょうが,切り干しだいこん,にんじん,ごんにゃく,さやいんげん	23.3
	ひじきのかきあげ	ひじき,ちりめんじゃこ,ささみ	さつまいも,こむぎこ,油	たまねぎ	837
	アーモンドあえ		さとう,アーモンド	こまつな,キャベツ	28.4
11 金	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		637
	さわにわん	レモンポーク,あげ		ごぼう,たけのこ,にんじん,もやし,えのき,葉ねぎ	24.9
	さばのしょうがに	さば	さとう,でんぷん	しょうが	817
	きりぼしだいこんのごまあえ	ツナ	さとう,ごま	切り干しだいこん,ほうれん草	31.8
14 月	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		646
	ちくぜんに	とりにく,あつあげ	油,さとう,ごま油	ほししいたけ,にんじん,ごぼう,ごんにゃく,たけのこ,さやいんげん	28.1
	いかのさらさあげ	いか	こむぎこ,でんぷん,油	しょうが	800
	しそあえ		ごま	きゅうり,キャベツ,切り干しだいこん,あかじそ	34.3
15 火	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		638
	とうにゅうとんじる	レモンポーク,とうふ,みそ,とうにゅう	さつまいも	しょうが,えのき,ごぼう,にんじん,ごんにゃく,葉ねぎ	22.3
	たけのこのがんせきあげ	ささみ,ちりめんじゃこ,わかめ	こむぎこ,油	たけのこ,にんじん,たまねぎ	790
	いそかあえ	ひじき,のり		ほうれん草,にんじん,もやし	27.0
16 水	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		639
	だいずのごもくに	大豆,ひじき,とり肉,あげ,ごんぶ	油,じゃがいも,さとう	にんじん,たけのこ,ごんにゃく,さやいんげん	29.6
	さかなのわかくさやき	ホキ,みそ	マヨネーズ,コーンスターチ	たまねぎ,グリーンピース	799
	たくあんサラダ		ごま	きゅうり,キャベツ,たくあん	37.9
17 木	減量麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		644
	ミートボールのトマトに	レモンポーク,にくだんご	じゃがいも,さとう	たまねぎ,にんじん,キャベツ,グリーンピース	23.3
	あおりのだいず	だいず,青のり	さとう		784
	きゅうりのすのもの	わかめ,たまご	さとう	きゅうり,もやし,切り干しだいこん	27.5
セサミトースト		パン,バター,さとう,ごま			

※ 材料の都合で、献立を変更することがあります。

日 曜	こんだてめい	おもなざいりょう			小14材- 小蛋白質 中14材- 中蛋白質
		血や骨や筋肉をつくるもの	エネルギー源になるもの	体の調子をよくするもの	
18 金	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		671
	わかたけじる	とうふ,わかめ		たけのこ,えのき,葉ねぎ	24.2
	キャベツのメンチカツ	レモンポーク,だいず,たまご	パンこ,油	たまねぎ,キャベツ	836
	おかかあえ	さきいか	さとう	きゅうり,コーン,こまつな	29.2
21 月	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		675
	にくじゃが	レモンポーク,あつあげ	じゃがいも,さとう	たまねぎ,にんじん,ごんにゃく,グリーンピース	28.4
	とうふナゲット	とうふ,とりにく,たまご	でんぷん,油	しょうが,しそ葉,たまねぎ	841
	ひじきのレモンずあえ	ひじき,かえり,糸かまぼこ	さとう	きゅうり,もやし,にんじん,レモン果汁	35.0
22 火	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		615
	クリームシチュー	とりにく,牛乳	油,じゃがいも,バター,こむぎこ	にんじん,たまねぎ,グリーンピース	25.6
	きびなごのカレーあげ	きびなご	でんぷん,油	しょうが	765
	かいそうサラダ	わかめ,寒天	ごま油,さとう,ごま	きゅうり,コーン,キャベツ	31.3
23 水	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		688
	やさしいみそしる	あげ,みそ		キャベツ,たまねぎ,にんじん,えのき,葉ねぎ	24.6
	とうふハンバーグ	レモンポーク,とうふ,白いんげん,たまご,さとう,とうにゅう	パンこ	たまねぎ	855
	ごまマヨネーズあえ	ささみ	マヨネーズ,さとう,ごま	こまつな,キャベツ,切り干しだいこん	30.0
24 木	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		637
	しせんどうふ	レモンポーク,とうふ,じゃこてん	さとう,でんぷん,ごま油	しょうが,にんじん,たけのこ,ほししいたけ,チンゲンサイ,しめじ	28.0
	レバニラいため	とりにく	でんぷん,油,ごま油,さとう	しょうが,もやし,にら	795
	キャベツのレモンあえ	ちりめんじゃこ	さとう	キャベツ,きゅうり,コーン,レモン果汁	34.5
25 金	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		685
	ポークカレー	レモンポーク	じゃがいも	しょうが,にんじん,たまねぎ,グリーンピース	23.1
	アーモンドいりこ	かえり	アーモンド,さとう		856
	ツナサラダ	ツナ	オリーブ油,さとう	きゅうり,キャベツ,コーン	28.0
28 月	たけのこごはん	牛乳,とりにく,松山あげ	米	たけのこ	645
	かきたまじる	とうふ,たまご,わかめ	でんぷん	たまねぎ,えのき,にんじん,葉ねぎ	26.3
	やさしい入りじゃこてん	すりみ,たまご	パンこ,油	たまねぎ,ごぼう,きくらげ	801
	わふうポテトサラダ	かに風味かまぼこ	じゃがいも,ごま,さとう,オリーブ油	きゅうり,キャベツ,レモン果汁	32.0
30 火	げんりょう麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		647
	きつねうどん	とりにく,あげ	うどん,さとう	にんじん,たまねぎ,ごぼう,葉ねぎ	29.0
	きりぼしだいこんのたまごやき	ツナ,たまご	さとう	切り干しだいこん,にんじん,葉ねぎ	788
	うめかつおあえ	ちくわ,花かつお	さとう,ごま	キャベツ,きゅうり,うめぼし	34.8
ヨーグルト	ヨーグルト				

※ 材料の都合で、献立を変更することがあります。

学校給食費に関するお知らせ

保護者の皆様から徴収した学校給食費は、全て食材料費として使われます。
令和7年度の学校給食費保護者負担額は、1食当たり小学生240円、中学生285円、高校生295円です。集金方法は、毎月の食数分だけを翌月末に御指定の金融機関からの引き落としとなりますので、御協力よろしくお願いします。
なお、1食当たり上島町より50円の補助をいただき、運営してまいります。