



令和6年度4月 給食献立予定表

白石学校給食共同調理場

日曜	こ ん だ て	体内での おもなはたらきによる 食品のグループ分け						エネルギー
		エネルギーのもとになる(黄)		体をつくるもとになる(赤)		体の調子をととのえるもとになる(緑)		たんぱく質
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質	ビタミンA	ビタミンC	家庭でとりたい食品
9 火	きんぴら豚丼	米 糸こんにゃく 砂糖	ごま油	豚肉 平天		にんじん さやいんげん	しょうが ごぼう	小 534 kcal
	小野茶そうめん汁	小野茶麺		油揚げ		にんじん ねぎ	白菜 たまねぎ 干しいたけ	中 703 kcal
	小のみ) プチゼリー	ゼリー						小 20.1 g
	中のみ) フルーツゼリー	ゼリー						中 24.4 g
	牛乳				牛乳			いも くだもの

入学・進級 お祝い給食



今日から小学校(2年生以上)と中学校の給食がはじまります。
中学校1年生のみなさん、入学おめでとうございます。
その他の学年のみなさん、進級おめでとうございます。
新しい学級、新しいクラスメイトと食べる給食です。
今年度も、充実した給食時間を過ごしましょう。



10 水	ごはん	米						小 565 kcal
	たけのこの旨煮	こんにゃく じゃがいも 砂糖		鶏肉 生揚げ 大豆		にんじん さやいんげん	たけのこ たまねぎ	中 721 kcal
	キャベツのごまマヨ和え	砂糖	ごま マヨネーズ	サラダチキン		にんじん	キャベツ 大根	小 22.3 g
	味付けのり				味付けのり			中 27.3 g
	牛乳				牛乳			緑黄色野菜 きのこと
11 木	ごはん	米						小 590 kcal
	ホキ天玉揚げ		大豆油	ホキ天玉揚げ				中 751 kcal
	ビーフン入りサラダ	ビーフン 砂糖	ごま ごま油			にんじん	キャベツ きゅうり	小 21.6 g
	豆腐のみそ汁	じゃがいも		豆腐 油揚げ みそ わかめ		にんじん ねぎ	たまねぎ しめじ	中 26.1 g
	牛乳				牛乳			卵 くだもの
12 金	黒糖パン	黒糖パン						小 554 kcal
	ポトフ	じゃがいも		豚肉 ウインナー		にんじん ブロッコリー	大根 白菜 たまねぎ	中 705 kcal
	チーズサラダ	砂糖	サラダ油		チーズ	にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	小 22.7 g
	牛乳				牛乳			中 27.7 g
								米 豆・豆製品
15 月	チキンカレー	米 じゃがいも	サラダ油 ルウ	鶏肉		にんじん グリンピース	にんにく しょうが たまねぎ りんご	小 636 kcal
	野菜サラダ	砂糖	サラダ油	ハム		にんじん ブロッコリー	キャベツ とうもろこし	中 776 kcal
	小のみ) フルーツゼリー	ゼリー						小 20.5 g
	中のみ) プチゼリー	ゼリー						中 25.1 g
	牛乳				牛乳			魚介類 海藻

入学 お祝い給食



今日から小学校1年生の給食がはじまります。
小学校1年生のみなさん、入学おめでとうございます。
はじめての学校給食ですね。記念すべき今日のメニューは、カレーです。
給食室の大きな鍋で作るカレーはうまみたっぷりとてもおいしいですよ。
いろいろなことに挑戦して、心も体もぐんぐん成長してくださいね。



16 火	ごはん	米						小 585 kcal
	とり肉のレモン漬け	片栗粉 砂糖	大豆油	鶏肉			レモン果汁	中 746 kcal
	ごま和え	砂糖	ごま	サラダチキン		にんじん	キャベツ きゅうり もやし	小 23.1 g
	豆腐汁			豆腐	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ	中 28.2 g
	牛乳				牛乳			いも 小魚
17 水	わかめごはん	米			わかめ			小 564 kcal
	肉団子のケチャップ煮	じゃがいも		肉団子 ベーコン		にんじん 枝豆	たまねぎ しめじ	中 712 kcal
	マカロニサラダ	マカロニ 砂糖	サラダ油	サラダチキン		にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	小 20.2 g
	牛乳				牛乳			中 24.6 g
								緑黄色野菜 くだもの
18 木	ごはん	米						小 508 kcal
	焼きししゃも				子持ちししゃも			中 700 kcal
	菜の花和え	砂糖		いり卵		ほうれん草	キャベツ	小 20.1 g
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも		豆腐 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ	中 28.4 g
	牛乳				牛乳			種実 淡色野菜
19 金	減量) パン	パン						小 642 kcal
	いちごジャム	ジャム						中 812 kcal
	ミートスパゲティ	スパゲティ		豚肉 大豆		にんじん グリンピース	にんにく たまねぎ	小 25.4 g
	ひじきサラダ	砂糖	サラダ油	ハム	ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	中 31.9 g
	牛乳				牛乳			米 きのこと

日曜	こんだて	体内での おもなはたらきによる 食品のグループ分け						エネルギー
		エネルギーのもとになる(黄)		体をつくるもとになる(赤)		体の調子をととのえるもとになる(緑)		たんぱく質
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質	ビタミンA	ビタミンC	家庭でとりたい食品
22月	ごはん	米						小 577 kcal
	鹿野豚のぎょうざメンチ		大豆油	ぎょうざメンチカツ				中 716 kcal
	春雨の酢の物	春雨 砂糖	ごま ごま油	ハム		にんじん	キャベツ きゅうり	小 22.5 g
	中華スープ			豚肉	わかめ	にんじん にら	たまねぎ もやし	中 26.0 g
	牛乳				牛乳			いも 緑黄色野菜
23火	親子丼	米 砂糖 片栗粉		鶏肉 卵		にんじん ねぎ	たまねぎ 干しいたけ	小 578 kcal
	するめのかみかみ和え	砂糖	サラダ油	するめ		にんじん	切干大根 キャベツ きゅうり	中 732 kcal
	プチゼリー	ゼリー						小 23.7 g
	牛乳				牛乳			中 29.2 g
								海藻 緑黄色野菜
24水	ごはん	米						小 562 kcal
	とりの照り焼き			鶏肉			にんにく しょうが	中 714 kcal
	ごま酢和え	砂糖	ごま			にんじん	キャベツ 大根 きゅうり	小 23.6 g
	新たまねぎのみそ汁	じゃがいも		豆腐 油揚げ みそ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ	中 28.2 g
	牛乳				牛乳			魚介類 緑黄色野菜
25木	ごはん	米						小 581 kcal
	いわしの甘露煮			いわしの甘露煮				中 728 kcal
	アーモンド和え	砂糖	アーモンド	サラダチキン		にんじん ほうれん草	キャベツ もやし	小 23.5 g
	けんちん汁	こんにゃく じゃがいも		豆腐 鶏肉		にんじん ねぎ	ごぼう 大根 干しいたけ	中 28.1 g
	牛乳				牛乳			海藻 くだもの
26金	背割りパン	パン						小 586 kcal
	チリコンカン	砂糖 パン粉	サラダ油	豚肉 牛肉 大豆 いんげん豆		にんじん トマト ビーマン	たまねぎ	中 795 kcal
	ABCスープ	マカロニ じゃがいも		ベーコン		にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ	小 23.8 g
	中のみ) ヨーグルト				ヨーグルト			中 32.0 g
	牛乳				牛乳			米 淡色野菜
30火	ごはん	米						小 567 kcal
	麻婆豆腐	砂糖 片栗粉	ごま油	豚肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ 干しいたけ にんにく しょうが	中 727 kcal
	ナムル	砂糖	ごま ごま油			小松菜 にんじん	キャベツ もやし	小 24.0 g
	牛乳				牛乳			中 30.0 g
								魚介類 いも

※天候やその他の事由で食材の納品ができなくなった場合、使用食材・献立が急遽変更される場合があります。ご了承ください。 ※イラスト出所:いらすとや、おおいちよう君としらっぴー

《今月の給食の有無等》
9日 小(2年以上)・中 給食開始
15日 小1 給食開始



白石学校給食共同調理場です よろしくお願いします

学校給食は栄養バランスのとれた食事をみんなといっしょに食べることで、楽しい心のふれあいや健康の増進、体力の向上をめざします。

調理場では、関わる職員すべてがその意義を十分に理解し、子どもたちの安心・安全なおいしい給食を作る責任を日々感じています。

ご家庭でも献立表をご覧になりながら、給食のことや「食」に関わる様々なことを話題にいただければうれしく思います。苦手なものでも挑戦してみようとする気持ちや、作る人、食べ物への感謝の気持ちを伝えていきたいですね。

白石学校給食共同調理場



