



令和7年度 4月分 学校給食予定献立表(中)

宮代町教育委員会

日曜日	曜日	献立名		材 料 名			栄養量		
		主食	飲み物	おかず(主菜・副菜・汁物・その他)	おもにエネルギーのもとになるもの (黄色のなかま)	おもに体をつくるもとになるもの (赤色のなかま)	おもに体の調子を整えるもとになるもの (緑色のなかま)	エネルギー	たんぱく質
10	木	ご飯	牛乳	チキン南蛮 磯香あえ(のり・しょうゆ) キャベツのみそ汁	ごめ でんぷん あぶら さとう	牛乳 とりにく	しょうが たまねぎ しも こまつな にんじん もやし とうもろこし のり とうふ あぶらあげ みそ	650	32.7
11	金	ご飯	牛乳	さわらの西京焼き(手作りみそだれ) 春のきんぴら かきたま汁	ごめ さとう でんぷん さとう こまあぶら あぶら こんにゃく でんぷん	牛乳 さわら みそ とりにく あぶらあげ とうふ たまご	しょうが れんこん ぶき うど ごぼう にんじん にんじん チンゲンサイ なかねぎ	645	30.7
14	月	広島菜めし	牛乳	広島県の郷土料理 ワコの香味ソース キャベツのごまあえ(手作りごまだれ) 大平	ごめ でんぷん あぶら さとう こまあぶら さとう ごま さといも こんにゃく	牛乳 もろかざめ とりにく あつあげ	なかねぎ しょうが にんにく キャベツ にんじん もやし きゅうり れんこん にんじん ほししいたけ だいこん ごぼう	704	27.3
15	火	フォカッチャ	牛乳	チキンのパジル焼き スパゲッティボリタン 野菜たっぷりコンソメスープ	ごむぎ(フォカッチャ) あぶら ごむぎこ パンこ ごむぎ(めん) オリーブオイル さとう	牛乳 とりにく ワインナー セラチン	にんにく パジル にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム ピーマン トマト キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし エリンギ セロリ パセリ	621	32.4
16	水	ご飯	牛乳	春の手作り豆腐ハンバーグ(照り焼きソース) 油ふとひじきの煮物 小松菜のみそ汁	ごめ ごむぎ(パンこ) さとう でんぷん ごむぎ(ふ) こんにゃく さとう	牛乳 ぶたにく とりにく とうふ たまご みそ ひじき あぶらあげ みそ	たまねぎ なかねぎ だいのこ にんじん アスパラガス にんじん れんこん えだまめ たまねぎ こまつな もやし だいこん まいたけ	712	41.2
17	木	地粉うどん	牛乳	大豆のしゃりしゃり揚げ おひたし(かつお節・しょうゆ) 五目京風うどんの汁	ごむぎ(めん) でんぷん あぶら さとう こま さとう でんぷん	牛乳 だいち ちりめんじゃこ かつおぶし とりにく あぶらあげ わかめ なるこ	ごまつな キャベツ にんじん とうもろこし にんじん なかねぎ ほししいたけ えのきだけ	657	31.9
18	金	もち麦ご飯	ジュア	宮代町の行事会「御影供」 3色ぞぼろ其の具 具だくさんどん汁 草もち	ごめ もちむぎ あぶら さとう あぶら こんにゃく さとう こめこ	牛乳 とりにく たまご ぶたにく とうふ みそ あずき	れんこん えだまめ しょうが だいこん にんじん なかねぎ ごぼう しょうが よもぎ	757	34.6
21	月	ご飯	牛乳	ポークカレー 豆茸サラダ(手作りピリ辛ドレッシング)	ごめ じゃがいも あぶら カレールウ さとう こまあぶら	牛乳 ぶたにく スキムミルク ひよこまめ わかめ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマト アップルソース えだまめ きゅうり キャベツ にんじん もやし	653	22.9
22	火	ツイストパン	牛乳	フライドチキン コールスロー コンソープ	ごむぎ(パン) でんぷん あぶら さとう あぶら ホワイトルーフ ベチャメルソース なまクリーム あぶら	牛乳 とりにく 牛乳 スキムミルク チーズ	にんにく キャベツ にんじん たまねぎ きゅうり たまねぎ とうもろこし パセリ	839	35.3
23	水	ご飯	牛乳	焼きぎょうざ 1人3個 マーボー豆腐 ヨーグルト	ごめ ごむぎ(かわ) さとう こまあぶら あぶら でんぷん	牛乳 ぶたにく とりにく とうふ ぶたにく みそ	キャベツ にら たまねぎ にんじん たまねぎ ほししいたけ だいのこ なかねぎ にんにく しょうが トマト	712	27.6
24	木	ご飯	牛乳	さけの照り焼き 肉じゃが なめこ豆腐のみそ汁	ごめ さとう でんぷん じゃがいも こんにゃく さとう	牛乳 さけ ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	にんじん たまねぎ えだまめ なかねぎ だいこん こまつな なめこ	666	41.3
25	金	赤飯(ごま塩)	牛乳	お祝い献立 えびカツ(ソース) キャベツときゅうりの即席漬 お祝いすまし汁 お祝いブレイブ【卵・乳・小麦不使用】	ごめ もちごめ こま ごむぎ(パンこ・ごむぎこ) あぶら ごむぎ こめこ さとう	牛乳 あずき えび すりみ こんぶ とうふ わかめ かまぼこ とうにゅう	キャベツ きゅうり にんじん しょうが にんじん みつば ほししいたけ なかねぎ いちご	630	22.5
28	月	ご飯	牛乳	とりのから揚げオーロラソース 1人2個 干草あえ(卵・のり・しょうゆ) 田舎汁	ごめ でんぷん あぶら さとう たまご のり あつあげ みそ	牛乳 とりにく たまご のり あつあげ みそ	こまつな にんじん もやし かぼちゃ だいこん にんじん なかねぎ しめじ ごぼう	696	30.4
30	水	バターロール	牛乳	ポテトグラタン ごまつなサラダ(ツナ・手作りねぎドレッシング) ABCスープ	ごむぎ(パン) バター じゃがいも ベチャメルソース バター ごまあぶら さとう ごむぎ(マカロニ)	牛乳 とりにく スキムミルク 牛乳 チーズ ツナ ベーコン	たまねぎ にんじん パプリカ(赤・黄) こまつな きゅうり もやし えだまめ なかねぎ たまねぎ にんじん キャベツ セロリ パセリ	598	25.6

*日付が○で囲んである日は、スプーンを出します。
*材料入荷の都合により、多少献立の変更があります。
*太字の食材は、宮代町産です。
給食の献立の画像は宮代町公式SNS(X)でご覧いただけます。



給食回数	14回	学校給食摂取基準	6~7才	530	20.0
			8~9才	650	26.8
			10~11才	780	28.0
			12~15才	830	34.3
		今月の平均栄養量(小学校)		667	30.7
		今月の平均栄養量(中学校)		820	36.4

ご入学・ご進級おめでとうございます