



# 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1給 小蛋白質 中1給 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, プロッコリー	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, こんにゃく, 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
		エコふりかけ		さとう, ごま油, ごま		
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, こんにゃく, 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
		ぶどうゼリー	アガー	さとう	ぶどう果汁	
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, こんにゃく, 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, こんぶ	油, じゃがいも, さとう	にんじん, たけのこ, こんにゃく, 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, グリンピース	23.3
		あおのりだいず	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			小児科 小蛋白質 中児科 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,こんにゃく,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
		やさいのみそしる	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,白いんげんまめ,たまご,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
		レパニラいため	とりレバー	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
		あまなつかん			あまなつかん	
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
		ミルクゼリー	アガー,牛乳	さとう	パイン缶	
28	月	たけのこごはん <small>弓削高なし</small>	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ひします。  
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。