

令和 7 年 4 月 学校給食予定献立表

島原市立学校給食共同調理場

日 曜 日	献 立 名	主 な 働 き と 材 料 名						小 学 校	中 学 校
		体をつくる基になる		体の調子を整える基になる		エネルギーの基になる		エネルギー(kcal)	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質(g)	
8 (火)	コッペパン					コッペパン		589	719
	牛乳		ぎゅうにゅう					25.5	30.5
	カレーうどん	ぶたにく ちくわ	スキムミルク	にんじん ねぎ	たまねぎ	うどん	カレールウ		
	大豆と小魚の揚げ煮	だいず	にぼし			かたくりこ さとう	あぶら ごま		
	オレンジ				オレンジ				
9 (水)	ごはん					こめ		604	750
	牛乳		ぎゅうにゅう					26.7	31.6
	なめこのみそ汁	とうふ あぶらあげ むぎみそ	わかめ	ねぎ にんじん	たまねぎ なめこ				
	焼き肉	ぶたにく あかみそ		ピーマン	キャベツ たまねぎ おろしりんご	さとう	ごま		
10 (木)	コッペパン					コッペパン		589	724
	牛乳		ぎゅうにゅう					25.5	30.6
	コーンポタージュ	ベーコン とうにゅう		にんじん パセリ	コーン たまねぎ	こめこ	マーガリン		
	チリコンカン	ぶたひきにく だいず		にんじん ピーマン トマト	たまねぎ	さとう	あぶら		
11 (金)	そばろ丼（そばろ・麦ごはん）	とりひきにく たまごそばろ			しいたけ ごぼう グリンピース	こめ むぎ さとう	あぶら	576	686
	牛乳		ぎゅうにゅう					24.9	29.3
	ぬっぺ汁	とりにく あつあげ		にんじん ねぎ	こんにゃく えのきたけ	さといも かたくりこ			
	もやしの辛子あえ			にんじん	もやし きゅうり	さとう			
14 (月)	ごはん					こめ		588	700
	牛乳		ぎゅうにゅう					22.7	26.7
	白玉入りすまし汁		わかめ	ねぎ	たまねぎ えのきたけ	しらたまもち			
	いわしの甘露煮	いわし				さとう			
	浦上そばろ	さつまあげ ぶたにく		にんじん	こんにゃく しいたけ ごぼう もやし	さとう			
15 (火)	黒砂糖パン					くろざとうパン		609	811
	牛乳		ぎゅうにゅう					28.5	36.8
	タイピーエン	ぶたにく エビ うずらのたまご		にんじん	たまねぎ はくさい きくらげ	はるさめ	ごまあぶら		
	とりの甘酢あん	とりにく		にんじん キヌサヤ	たまねぎ たけのこ	かたくりこ さとう	あぶら		
16 (水)	チキンカレー（ごはん）	とりにく	スキムミルク	にんじん	たまねぎ グリンピース おろしりんご	こめ じゃがいも	カレールウ	616	737
	牛乳		ぎゅうにゅう					19.9	23.1
	フルーツミックス				みかん(缶) パイン(缶) おうとう(もも缶)	カクテルゼリー			
17 (木)	コッペパン					コッペパン		593	784
	牛乳		ぎゅうにゅう					21.5	27.4
	ほうれん草のスープ	ウインナー		ほうれんそう にんじん	たまねぎ				
	ジャーマンポテト	ベーコン		パセリ	たまねぎ	じゃがいも	あぶら マーガリン		
18 (金)	麦ごはん					こめ むぎ		600	722
	牛乳		ぎゅうにゅう					21.5	25.6
	マーボー豆腐	とうふ ぶたひきにく あかみそ むぎみそ		にんじん にら	たまねぎ しいたけ	さとう かたくりこ	ごまあぶら		
	パンサンスー		わかめ		きゅうり	はるさめ さとう	ごまあぶら ごま		
21 (月)	ごはん					こめ		606	732
	牛乳		ぎゅうにゅう					24.3	29.0
	かきたま汁	はんぺん たまご		ほうれんそう にんじん	たまねぎ	かたくりこ			
	和風ハンバーグ	ハンバーグ こめみそ				さとう			
22 (火)	青じそあえ			にんじん あおじそ	キャベツ				
	はちみつパン					はちみつパン		605	747
	牛乳		ぎゅうにゅう					22.9	27.6
	スパゲティミートソース	ぶたひきにく	こなチーズ	にんじん トマト	たまねぎ グリンピース	スパゲティ			
23 (水)	甘夏サラダ				キャベツ きゅうり あまなつ(缶)	さとう	あぶら		
	ごはん					こめ		595	720
	牛乳		ぎゅうにゅう					22.6	26.4
	肉じゃが	ぶたにく あつあげ		にんじん いんげん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう			
24 (木)	ひじきの含め煮	あぶらあげ さつまあげ だいず	ひじき	にんじん		さとう	あぶら		
	米粉パン					こめこパン		584	781
	牛乳		ぎゅうにゅう					29.7	38.8
	ミネストローネ	ベーコン		にんじん	たまねぎ セロリー	マカロニ じゃがいも			
	スパイシーチキン	とりにく				かたくりこ	あぶら		
25 (金)	春野菜サラダ			にんじん アスパラガス	キャベツ	さとう	あぶら		
	竹の子ごはん（混ぜ糀・麦ごはん）	とりにく ちくわ		にんじん	たけのこ グリンピース	こめ むぎ さとう		565	705
	牛乳		ぎゅうにゅう					23.8	30.0
	ふしめん汁	はんぺん		ねぎ	たまねぎ しいたけ	ふしめん			
	アジフライ	アジ				パンこ かたくりこ	あぶら		
28 (月)	昆布あえ		こんぶ	にんじん	キャベツ				
	ごはん					こめ		595	703
	牛乳		ぎゅうにゅう					27.2	31.6
	さつま汁	とりにく あつあげ むぎみそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう	さつまいも			
30 (水)	豚肉の生姜焼き	ぶたにく		にんじん	キャベツ たまねぎ しょうが	さとう			
	ごはん					こめ		618	716
	牛乳		ぎゅうにゅう					24.7	27.8
	筑前煮	とりにく あつあげ ほうてん		にんじん いんげん	ごぼう こんにゃく れんこん	じゃがいも さとう			
	厚焼卵	たまご				さとう			
	ひょつつの酢の物		ひょつつる	にんじん	きゅうり	はるさめ さとう	ごま		

※献立は予定ですので、学校行事や物資購入等の都合により、急に変更する場合があります。

※栄養価は食品成分表（8訂）で計算をしています。

※4月分の給食費は、5月分とまとめて5月7日（水）に引き落としますので、今月の引き落としはありません。

学校給食
摂取基準

650
26.8

830
34.2



ご入学・ご進級おめでとうございます



島原市立学校給食共同調理場では第一小学校・三会小学校・第四小学校・三会中学校に給食をお届けしています。献立表には献立名や使う食材をのせています。食べたことがない食材があった時は、ぜひご家庭で一度食べてみてください。また家族と一緒に確認して話題にしてみませんか。こちらに行事をのせていますのでご確認ください。



今月の行事（遠足の日、遠足の予備日は給食がありません）

・4/8（火）給食開始 ・4/9（水）中学校1年生給食開始 ・4/16（水）小学校1年生給食開始 ・4/24（木）第一小学校遠足 ・4/25（金）第四小学校遠足

◎毎月19日は食育の日です。今月は19日がお休みの日なので、18日（金）に食育の日メニューとして食の味めぐり「中国の料理（マーボー豆腐・パンサンスー）」を取り入れています。