

令和7年 4月給食献立表 松島中学校

日	曜	主食	おかず	材料			エネルギー たんぱく質
				主にエネルギーになる	主に体の組織をつくる	主に体の調子を整える	
8	火	スティックドッグパン	コーンポタージュ 枝豆サラダ	砂糖 コッペパン じゃがいも 油	スティックドッグ 牛乳 ベーコン 枝豆 卵 ハム	たまねぎ にんじん パセリ コーン キャベツ きゅうり	788 32.6
9	水	麦ごはん	麻婆豆腐 バンサンスー	米 麦 砂糖 でんぷん 油 はるさめ ごま油	牛乳 豆腐 豚肉 ハム 卵	たまねぎ にんじん しょうが にんにく しいたけ にら もやし きゅうり	840 34.8
10	木	食パン	スパゲティミートソース ツナサラダ いちごジャム	食パン スパゲティ 砂糖 油 オリーブ油	牛乳 牛肉 豚肉 大豆 ハム ツナ	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム しいたけ トマトジュース きゅうり キャベツ いちごジャム	744 34.9
11	金	ポークカレーライス	フルーツヨーグルト	米 麦 じゃがいも 油 グラニュー糖	豚肉 牛乳 ヨーグルト	たまねぎ にんじん コーン 黄桃 グリーンピース みかん パイン バナナ	889 24.2
14	月	白ごはん	サーモンフライ かつおあえキャベツ 豚汁	米 油 さといも こんにゃく	牛乳 鮭フライ かつおぶし 豚肉 豆腐 みそ	キャベツ きゅうり にんじん だいこん ごぼう ねぎ	798 28.4
15	火	ミルクパン	ミックスうどん 和風サラダ	ミルクパン うどん 麵 砂糖 油	牛乳 鶏肉 あげ 枝豆 とりさき身チャンク	たまねぎ もやし にんじん ねぎ しょうが きゅうり ほうれん草	793 33.0
16	水	麦ごはん	塩レモン鍋 かみかみカレーきんぴら	米 麦 でんぷん しらす だし ごま チャンポン 麵 砂糖	牛乳 鶏肉 卵 豆腐 大豆 くきわかめ	しょうが 白菜 にんじん ねぎ えのき しいたけ もやし にら レモン ごぼう いんげん	759 31.1
17	木	照り焼きバーガー	春野菜コンソメスープ ポテト でこぼん	コッペパン じゃがいも 油 オリーブ油 フライドポテト	ハンバーガーパティ 牛乳 ベーコン	レタス たまねぎ にんじん キャベツ いんげん みかん	761 26.6
郷土料理の日			タイピエン	米 緑豆春雨 ごま油 油 砂糖	牛乳 豚肉 うすら卵 かまぼこ ちくわ シューマイ	たまねぎ にんじん きくらげ 白菜 ねぎ もやし ほうれん草	858 27.3
18	金	白ごはん	ほうれん草ナムル 蒸ししゅうまい				
21	月	麦ごはん	ロースカツ コールスロー 豆腐のみそ汁	米 麦 油	牛乳 ロースカツ 豆腐 わかめ あげ みそ	キャベツ きゅうり にんじん えのき しいたけ だいこん ねぎ	749 24.5
22	火	黒糖パン	クリームシチュー シーザーサラダ	黒糖パン じゃがいも マカロニ 小麦粉 マーガリン こめサラダ油	牛乳 鶏肉 ベーコン ハム ツナ	たまねぎ にんじん グリンピース コーン きゅうり キャベツ	825 30.4
23	水	三色そばうどんごはん (食材レスキュー)	ゆずあえ けんちん汁	米 麦 油 砂糖 こんにゃく さといも	卵 鶏肉 牛乳 ちりめん ちくわ 豆腐	しょうが いんげん だいこん きゅうり キャベツ ゆず果汁 にんじん ねぎ ごぼう しいたけ	722 27.8
24	木	手作りクリームパン	春キャベツスープスパ れんこんサラダ	コッペパン バター 砂糖 油 卵 小麦粉 オリーブ油 ごま	卵 牛乳 クリーム ベーコン ハム	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ にんにく れんこん きゅうり レモン	770 27.1
25	金	麦ごはん	春巻き もやしのごまあえ ユイミータン	米 麦 油 ごま 砂糖 ごま油 でんぷん	牛乳 春巻 卵 ハム	もやし キャベツ にんじん ねぎ クリームソーダ コーン たまねぎ	783 25.0
28	月	ハヤシライス	ごぼうサラダ	米 麦 じゃがいも 油 ごま	豚肉 牛乳 とりさき身チャンク	たまねぎ にんじん グリンピース にんにく ごぼう きゅうり キャベツ	811 25.5
30	水	竹の子ごはん (食材レスキュー)	いわしの生姜煮 即席漬けキャベツ わかめ汁	米 こんにゃく 砂糖	さつま揚げ あげ 牛乳 豆腐 いわし 生姜煮 かまぼこ わかめ こんにゃく	たけのこ しいたけ ごぼう ねぎ にんじん いんげん キャベツ きゅうり たまねぎ	733 31

ご入学、ご進級おめでとうございます

今年度も今津共同調理場では衛生管理を徹底し、心をこめた給食作りで、みなさんの学校生活を応援します。

学校給食の7つの目標

自然の恵みに感謝する

働く人たちに感謝して食べる

美味しい食生活のおすそに

地産の産物を知り、未来に伝える

助け合い、協力して楽しく食べる

食を通して社会のしくみを知る

☆今月の郷土料理☆

タイピエン

タイピエン（太平燕）は、肉、魚介、野菜などを春雨と合わせたスープで、熊本県の郷土料理です。明治時代に中国の福建省から日本に伝わり、独自の工夫を加えて熊本の中華料理店が提供するようになり家庭料理としても広まりました。

☆今月の旬☆

春キャベツ
新たまねぎ
新じゃがいも
スナップエンドウ
春ごぼう
たけのこ
わかめ



☆今月の食材レスキュー☆

いんげん…北海道産のいんげんを収穫してから3時間以内に急速冷凍したものです。5月10日に賞味期限を迎えます。

