



令和6年度 4月 献立予定表

大矢野中学校

日	曜	主食	牛乳	おかず	材料			1人あたり 1食分(kcal) たんぱく質 (g)
					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	月	始業式						
9	火	ごはん		春野菜のみそ汁 がんものうま煮 一食ふりかけ	米 じゃがいも さとう 油 ごま	牛乳 とうふ あげ にほし とりにく がんもどき	たまねぎ キャベツ にんじん しいたけ ねぎ だいこん こんぶ	818 31.8
10	水	食パン		春キャベツのバスタ ハムと新たまねぎのマリネ いちごジャム	パン スバゲティ さとう バター オリーブオイル ジャム	牛乳 ベーコン ハム	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン	732 27.9
11	木	お祝いカレー		豆のかみかみサラダ アセロラゼリー	米 古代米 じゃがいも 油	とりにく 牛乳 大豆	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 コーン	840 24.9
12	金	ミルクパン		八宝菜 しゅうまい カルシウムサラダ	パン ごま油 さとう でんぷん オリーブオイル	牛乳 ぶたにく かまぼこ えだまめ しゅうまい チーズ	しょうが たけのこ にんじん きくらげ しいたけ たまねぎ 白菜 ねぎ キャベツ きゅうり	707 34.1
15	月	麦ごはん		豚汁 いわしの梅煮 ごまあえ	米 麦 ごま さとう じゃがいも こんにゃく	牛乳 ぶたにく とうふ にほし いわし	にんじん ごぼう だいこん ねぎ キャベツ もやし ほうれんそう	758 31.9
16	火	麦ごはん		キムチ肉じゃが ゆかり和え	米 麦 しらたき じゃがいも さとう 油	牛乳 さつまあげ ぶたにく	たまねぎ にんじん なら キムチ きゅうり キャベツ	714 21.0
17	水	はちみつトースト		春野菜ポトフ ビーンズサラダ	パン バター はちみつ さとう じゃがいも	牛乳 ベーコン ハム ウィンナー 大豆	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり	725 23.9
18	木	たけのこ混ぜご飯		新たまねぎのみそ汁 大根とツナのマヨネーズあえ	米 しらたき さとう	とりにく かまぼこ あげ 牛乳 とうふ えだまめ にほし ツナ	たけのこ にんじん しいたけ たまねぎ こまつな ねぎ だいこん きゅうり キャベツ	676 26.3
19		ふるさとくまさんデー ～熊本市～ 		タイピーエン 甘夏サラダ いきなりだんご	パン はるさめ 油 さとう オリーブオイル さつまいも こむぎこ	牛乳 ぶたにく	たまねぎ にんじん きくらげ キャベツ ねぎ あまなつ きゅうり	629 24.6
22	月	ハヤシライス		かにかまサラダ	米 麦 さとう じゃがいも オリーブオイル	ぶたにく 牛乳 かまぼこ	たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム キャベツ きゅうり	769 24.6
23	火	ごはん		麻婆豆腐 もやし中華サラダ ムース	米 さとう でんぷん ごま油 ムース	牛乳 とうふ ぶたにく ハム たまご	たけのこ きゅうり たまねぎ にんじん しょうが しいたけ ねぎ もやし	759 26.2
24	水	セルフフィッシュバーガー		コーンポタージュ 晩柑	パン 油 バター	ホキ 牛乳 ベーコン	レタス たまねぎ にんじん ばんかん	842 28.2
25	木	麦ごはん		栄養みそ汁 豚肉と昆布の炒め物	米 麦 さとう 油 さつまいも こんにゃく	牛乳 とりにく にほし 厚揚げ 豆乳 ぶたにく さつまあげ	だいこん にんじん ごぼう ねぎ こまつな こんぶ いんげん	828 32.3
26	金	のりとチーズトースト		肉団子と青菜のスープ フルーツヨーグルト	パン はるさめ さとう	チーズ 牛乳 ミートボール ヨーグルト	のり たまねぎ にんじん もも キャベツ こまつな コーン みかん パナナ	792 33.9
29	月	昭和の日						
30	火	ごはん		にらたま汁 魚のもみじ焼き 昆布あえ	米 でんぷん	普通牛乳(飲用) 卵 ちくわ 豆腐 かたくちいわし(煮干) ホキ切身(40g)	にら えのきたけ たまねぎ にんじん しいたけ キャベツ にんじんペースト きゅうり こんぶ	703 31.9

※都合により、献立や食材が変更になる場合がございます。ご了承ください。

今月の献立のねらい 「給食の献立を知ろう」

学校給食は安全・安心を
心がけています！



学校給食では、毎月の献立をテーマ(ねらい)に沿って作成しています。今年度も子どもたちの安全・安心を第一に、地域でつくられた新鮮な食材を活用しながら、成長期の子どもたちに必要な栄養バランスのよいおいしい給食づくりに取り組みます。また、地場産物を使った献立や各地域の伝統的な料理なども取り入れ、様々な料理を伝えていきます。