



令和7年 4月大矢野中学校献立表

今月の給食目 食事のマナーを考えよう！

大矢野中学校

日	曜	主食	牛乳	おかず	材料			エネルギー(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	火	始業式						
9	水	ミルクパン	牛乳	ミートボール入りポークピーンズ ハムと新玉ねぎのマリネ じゃがいもコロッケ	りんご バター ジャガイモ 砂糖 牛肉コロッケ 大豆白絞油(揚げ油用)	普通牛乳(飲用) ミートボール 大豆 チーズ ハム	おろしにんにく にんじん たまねぎ ほうれん草 マッシュルーム トマト きゅうり コーン もやし	819 31.5
10	木	お祝いごはん	牛乳	お祝いカレー キャベツのごま酢和え 塩キャラメルカップケーキ	米 きくち古代米 ジャガイモ ごま 砂糖 枝豆むき身	普通牛乳(飲用) 鶏肉 ハム	たまねぎ にんじん しょうが きゅうり キャベツ わかめ もやし	893 26.0
11	金	セルフフィッシュバーガー	牛乳	春野菜のボトフ 天草晩柑(ジューシーオレンジ)	丸パン 油 ジャガイモ	サーモンチーズフライ 普通牛乳(飲用) ウィンナー	レタス しめじ にんじん バセリ キャベツ たまねぎ カリフラワー プロッコリー 天草晩柑	823 31.6
14	月	麦ごはん	牛乳	新玉ねぎのみそ汁 新じゃがのそぼろ煮 ちくわ磯辺天ぷら	米 精麦(ぶちまる君) 油 こんにゃく ジャガイモ 砂糖(三温)	普通牛乳(飲用) 豆腐 あげ いりこ 豚肉 蒸し挽き割り大豆 いんげん ちくわ	たまねぎ こまつな(ゆで) ねぎ にんじん	860 32.4
15	火	麦ごはん	牛乳	ほうれん草のかき玉汁 厚揚げのキムチ炒め 中華なます	米 精麦(ぶちまる君) でんぶん ごま 砂糖(三温) ごま油	普通牛乳(飲用) 鶏肉 卵 豚肉 かまぼこ かつお節 生揚げ オーフンキン	にんじん ねぎ ほうれん草 にら たまねぎ しいたけ こんぶ キムチ もやし だいこん きゅうり きくらげ	827 38.3
熊本地震の日								
16	水	救給カレー	牛乳	だご汁 切り干し大根の和え物 フルーツヨーグルト	じゃがいも 油 さといも 白玉粉 小麦粉(中力粉) 砂糖(三温) ごま油	鶏肉 普通牛乳(飲用) いりこ ノンドリップツナ ハム クリーム ヨーグルト	にんじん たまねぎ にんにく 小松菜 もやし しょうが チャツネ ねぎ ごぼう だいこん きゅうり キャベツ バナナ みかん 黄桃 パイン	641 21.3
17	木	麦ごはん	牛乳	豆腐のすまし汁 いわしの生姜煮 きやべつのゆかり和え・たまごふりかけ	米 精麦(ぶちまる君)	普通牛乳(飲用) 豆腐 かつお節 いわし生姜煮	にんじん えのきだけ わかめ こんぶ たまねぎ キャベツ だいこん ゆかり きゅうり もやし ふりかけ	789 31.1
良い歯の日								
18	金	ごぼうのかみかみトースト	牛乳	わかめうどん するめ入りかみかみサラダ うまかってん	食パン うどん 砂糖 アーモンド オリーブ油 うまかってん	枝豆むき身 ノンドリップツナ 普通牛乳(飲用) 鶏肉 かまぼこ あけ かつお節 ちりめん さきいか	ごぼう コーン わかめ にんじん たまねぎ しいたけ キャベツ きゅうり	802 37.9
21	月	たけのこごはん	牛乳	親子煮 スナップえんどうのサラダ 人参入りしゅうまい	米 油 砂糖(三温) ジャガイモ Eキトラバーディ ソリーブ オイル	あげ 枝豆むき身 鶏肉 卵 ハム 普通牛乳(飲用) かまぼこ いんげん かつお節 涼豆腐 焼壳	たけのこ にんじん しいたけ たまねぎ こんぶ えんどう キャベツ きゅうり もやし	917 36.5
22	火	麦ごはん	牛乳	もずくの酸辣湯(サンラータン) 油淋鶏(ユーリンチー) キャベツの塩昆布和え	米 精麦(ぶちまる君) ごま油 でんぶん 砂糖(三温) ごま	普通牛乳(飲用) 豚肉 豆腐 鶏肉	おきなわもずく もやし しいたけ ねぎ にら しょうが キャベツ にんじん こんぶ	842 33.9
ふるさとくまさんデー ～熊本市～								
23	水	熊本県産トマトパン	牛乳	タイピーエン 甘夏サラダ トマトオムレツ・いきなり団子	トマトパン 砂糖 はるさめ オリーブ油 砂糖(三温) いきなり団子	普通牛乳(飲用) 豚肉 かまぼこ うずら卵 Caたっぷりオムレツ	たまねぎ にんじん 白菜 ねぎ たけのこ きくらげ 甘夏みかん缶 キャベツ きゅうり もやし	761 26.6
24	木	麦ごはん	牛乳	春の豚汁 魚のもみじ焼き 青じそ和え	米 精麦(ぶちまる君) ごま じゃがいも こんにゃく	普通牛乳(飲用) 豚肉 豆腐 いりこ 木きり身	たけのこ たまねぎ キャベツ にんじん ごぼう ねぎ だいこん きゅうり コーン もやし	775 29.8
25	金	黒糖蒸しパン	牛乳	たらこスパゲティ ミモザサラダ	ホームケーキミックス 黒糖 薄力粉 バター 砂糖(三温) ハーゲーティ オリーブ油	牛乳 普通牛乳 チーズ めんたいこ クッキングチーズ 錦糸卵	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ にんにく エリンギ ほうれん草 きゅうり プロッコリー もやし カリフラワー	871 24.3
28	月	ハヤシライス	牛乳	サラエサラダ 手作りぶどうゼリー	じゃがいも 油 バター 水稻めし(精白米) 砂糖(三温) 精麦(ぶちまる君)	豚肉 普通牛乳(飲用) ノンドリップツナ	にんじん たまねぎ グリンピース ダイストマト にんにく マッシュルーム きゅうり キャベツ もやし ぶどうゼリー	687 22.7
29	火	昭和の日						
30	水	きなこあげぱん	牛乳	肉みそ汁ピーフン ひじきのくるみ和え りんご	コッペパン 黄粉 砂糖(三温) 油 ごま油 平麵ピーフン ごま くるみ	普通牛乳(飲用) 豚肉	ねぎ たまねぎ たけのこ ひじき にんじん ちんげん菜 キャベツ きゅうり もやし りんご	781 25.8

※都合により献立の一部を変更することがあります。ご了承ください。