

2025年 4月分予定献立表

こ ん だ て め い				ざ い り ょ う め い						栄養価	
				あか	おもに体をつくるものになる	みどり	おもに体の調子を整えるものになる	さいろ	おもにエネルギーのもとになる	エネルギー kcal	たんぱく質 g
日	曜日	主食	牛乳	おかず	魚・肉・たまご・豆・豆腐品など	牛乳・乳製品・小魚・海そうなど	色のこい野菜	その他の野菜・果物	こく類・いも類・さとう・菓子	油類	
8	火	ごはん	牛乳	照り焼きチキン ゆかりあえ とん汁	とり肉 ぶた肉 油あげ みそ	牛乳	にんじん ねぎ	キャベツ きゅうり たまねぎ しめじ 赤しそ	米 さとう じゃがいも		625 790 268 33.2
9	水	麦入りごはん (ドライカレー)	牛乳	ドライカレーの具 コーンサラダ	牛ひき肉 ぶたひき肉 大豆	牛乳	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ えだまめ キャベツ きゅうり コーン	米 米粒麦 さとう	米油 カレールー	654 819 23.9 28.8
10	木	ごはん	牛乳	いかの天ぷら ボイルキャベツ 大豆入りきんぴらごぼう バックソース	いか ぶた肉 大豆	牛乳	にんじん きざわかめ	キャベツ ごぼう こんにゃく	米 さとう	米油 ごま ごま油	617 768 21.9 26.5
11	金	こくとうパン	牛乳	肉だんご (幼①小②中③) キャロットラペ わかめスープ お祝いいちごゼリー	肉だんご ベーコン	牛乳	にんじん わかめ	キャベツ にんにく たまねぎ えのきたけ レタス	パン 黒さとう さとう いちごゼリー	米油	643 808 21.1 26.7
14	月	ごはん	牛乳	さわらのすだちしょうゆ 肉じゃが	さわら ぶた肉 さつまあげ	牛乳	にんじん	すだち果汁 たまねぎ こんにゃく グリーンピース	米 さとう じゃがいも	米油	621 768 27.0 32.5
15	火	ごはん	牛乳	かぼちゃひき肉フライ ブロッコリーのおかかあえ 海せんワントンスープ	ひき肉フライ (ぶたひき肉) 花かつお ワントン	牛乳	ブロッコリー にんじん ねぎ かぼちゃ	たまねぎ たけのこ はくさい	米 米油 ごま		621 750 18.4 21.0
16	水	ごはん	牛乳	ぶた肉とこんにゃくのみそ煮 わかめのツナあえ	ぶた肉 あつあげ さつまあげ みそ ツナ	牛乳	にんじん きざいんげん	しょうが こんにゃく たけのこ コーン キャベツ きゅうり レモン果汁	米 さとう	米油	605 758 24.5 29.6
17	木	たけのこごはん	牛乳	いわしの梅煮 すまし汁	油あげ いわし とり肉 とうふ なると	牛乳	にんじん わかめ	たけのこ えだまめ たまねぎ えのきたけ うめ	米 さとう	米油	610 716 27.9 31.4
18	金	小型コッペパン (メープルジャム)	牛乳	スパゲティナポリタン ひじきサラダ	ベーコン ポークハム	牛乳	にんじん ピーマン トマト	にんにく たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり	パン さとう スパゲティ ジャム	米油 ドレッシング	603 768 20.6 25.8
21	月	ごはん	牛乳	とうふハンバーグのきのこソース 切りばし大根のため煮	とうふハンバーグ とり肉 がんも さつまあげ	牛乳	にんじん きざいんげん	たまねぎ しいたけ えのきたけ 干ししいたけ 切りばしだいこん	米 さとう でんぶん	米油	615 774 24.7 30.2
22	火	げん米入りごはん (ぶたどん)	牛乳	ぶたどんの具 すだちずあえ ヨーグルト	ぶた肉	牛乳	にんじん ちりめん ねぎ ヨーグルト こまつな	たまねぎ こんにゃく キャベツ すだち果汁	米 げん米 さとう	米油	625 768 25.8 31.1
23	水	ごはん	牛乳	さばのごまみそかけ けんちん汁 オレンジ	さば みそ とり肉 とうふ 油あげ	牛乳	にんじん ねぎ	だいこん こんにゃく ごぼう 干ししいたけ オレンジ	米 さとう	ごま	626 768 28.1 33.5
24	木	ごはん	牛乳	とり肉とさつまいもの揚げ煮 小松菜のサラダ	とり肉 ポークハム	牛乳	にんじん きざいんげん こまつな	しょうが たまねぎ たけのこ キャベツ	米 てんぶん さつまいも さとう はるさめ	米油 ごま油	664 831 23.7 29.0
25	金	キャロットパン	牛乳	ポークビーンズ ブロッコリーのサラダ	ぶた肉 ミックスビーンズ ツナ	牛乳	ドライキャロット にんじん トマト ブロッコリー	たまねぎ えだまめ レモン果汁 コーン きゅうり	パン じゃがいも さとう	米油	681 852 28.5 35.3
28	月	ごはん	牛乳	マーボーどうふ チンゲンサイのナムル	ぶたひき肉 とうふ みそ さつまあげ	牛乳	ねぎ にんじん チンゲンサイ	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ グリーンピース もやし	米 さとう でんぶん	米油 ごま油 ごま	623 782 25.4 30.9
30	水	麦入りごはん (チキンカレー)	牛乳	チキンカレーの具 フルーツのいちごゼリーあえ	とり肉	牛乳	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ えだまめ りんご みかん パイン もも	米 米粒麦 じゃがいも ゼリー	米油 カレールー	635 797 21.7 26.5

※都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。

※コッペパンには、徳島県産の米粉が10%含まれています。

学校給食に関するご意見、お問い合わせは・・・板野町学校給食センターTEL (088) 637-5505

基準	小学生	650	21～
	中学年		33
	中学生	830	27～ 42

給食センター 今年度もよろしく
から お願いいたします

ご入学、ご進級おめでとうございます。
みなさんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思ひます。

さんぽつ しげさんあつ
今月の地場産物
いたのちゃん
(板野町産)

こめ
米、にんじん
ブロッコリー
ねぎ、しいたけ