



# 令和7年度4月中学校給食予定献立表

三島市立北学校給食共同調理場

日	献立名	主に体の組織をつくる 食 品 群		主に体の調子を整える 食 品 群		主にエネルギーになる 食 品 群		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
10 (木)	ご飯(麦)					精白米・麦		714kcal 22.4g
	牛乳		牛乳					
	ポークカレー	豚肉	チーズ 脱脂粉乳	トマト缶 人参	玉葱・グリーンピース セロリー・にんにく・古根	じゃがいも カレールウ	植物油	
	福神漬			しそ	大根・きゅうり・なす れんこん・古根	砂糖		
	フレンチサラダ				キャベツ・きゅうり レタス・ホールコーン	砂糖	植物油	
11 (金)	入学・進級お祝い献立							731kcal 29.4g
	赤飯(ごま塩)	小豆				もち米・精白米	ごま	
	牛乳		牛乳					
	鶏の唐揚げ	鶏肉			古根・にんにく	でん粉・小麦粉	植物油	
	おひたし	かつお削り節		小松菜・人参	キャベツ			
	すまし汁	豆腐	わかめ	人参	玉葱・えのき茸			
	お祝いゼリー	豆乳			いちご果汁	砂糖		
14 (月)	ご飯(麦)					精白米・麦		708kcal 32.0g
	牛乳		牛乳					
	虹ますのからしマヨネーズ焼き	虹ます				パン粉	マヨネーズ (卵不使用)	
	わかめとツナのサラダ	まぐろ油漬け	わかめ	人参	キャベツ・ホールコーン きゅうり		ごま ごま油	
	ミネストローネスープ	大豆・鶏肉		トマト・人参	玉葱・セロリー・にんにく		植物油	
15 (火)	ソフト麺					ソフト麺		780kcal 32.3g
	牛乳		牛乳					
	ミートソース	豚肉・大豆・レバー	脱脂粉乳 チーズ ヨーグルト	トマト缶・人参	玉葱・セロリー マッシュルーム にんにく・古根	小麦粉・砂糖	バター 植物油	
	ジャーマンポテト	ベーコン		パセリ	玉葱	じゃがいも	植物油	
	果物				果物			
16 (水)	ご飯(麦)					精白米・麦		704kcal 26.7g
	牛乳		牛乳					
	ししゃもフライ	ししゃも				パン粉・小麦粉 コーンスターチ	植物油	
	キャベツの味噌炒め	豚肉・みそ		ピーマン 人参	キャベツ・にんにく もやし・古根	砂糖・でん粉	植物油	
	わかめと春雨スープ	鶏肉	わかめ	葉葱・人参	玉葱・白菜	春雨	植物油 ごま油	
17 (木)	ご飯(麦)					精白米・麦		709kcal 27.5g
	牛乳		牛乳					
	中華丼	いか・豚肉 かまぼこ		チンゲン菜 人参	キャベツ・玉葱・筍 もやし・干し椎茸	でん粉	ごま油 植物油	
	じゃがいもの中華サラダ			人参	きゅうり・ホールコーン	じゃがいも・砂糖	ごま・ごま油	
	アーモンドフィッシュ		かたくちいわし			砂糖	アーモンド・ごま	
18 (金)	ご飯(麦)					精白米・麦		710kcal 30.4g
	牛乳		牛乳					
	ポテトの卵焼き (卵焼きソース)	鶏卵・豚肉 ポークウィンナー	牛乳	人参	玉葱	じゃがいも	植物油	
						砂糖	ごま	
	おひたし	かつお削り節		小松菜・人参	もやし			
	みそ汁	みそ・豆腐	わかめ	大根葉	玉葱・大根			

【 お知らせ 】\*天候や食材の納入状況等により、献立、使用食材が変更になる場合があります。

日	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		食	品	群	食	品	群	
21 (月)	ご飯(麦)					精白米・麦		712kcal 28.3g
	牛乳		牛乳					
	タラの唐揚げ (野菜あん)	タラ			人参・いんげん	玉葱・もやし	でん粉	
	マセドアンサラダ				人参	きゅうり	じゃがいも・砂糖	
	かきたま汁	鶏卵・豆腐			葉葱	玉葱・えのき茸	マヨネーズ (卵不使用)	
22 (火)	ご飯(麦)					精白米・麦		747kcal 35.0g
	牛乳		牛乳					
	二色丼・鶏そぼろ ・炒り卵	鶏肉・大豆	ひじき		人参・いんげん	玉葱・干し椎茸・古根	砂糖・でん粉	
	具だくさん汁	鶏卵					植物油	
23 (水)	ふるさと給食の日献立							749kcal 31.0g
	ご飯(麦)					精白米・麦		
	牛乳		牛乳					
	黒はんぺんお茶フライ	さば・いわし・タラ			せん茶		パン粉・小麦粉	
	生揚げの五目煮	生揚げ・豚肉			人参・いんげん	干し椎茸・古根	でん粉・砂糖砂糖	
	みそ汁	みそ・油揚げ	茎わかめ		葉葱	玉葱・大根	こんにゃく・砂糖 でん粉	
24 (木)	玄米入りロールパン		脱脂粉乳			小麦粉・玄米・砂糖	ショートニング	806kcal 32.0g
	牛乳		牛乳					
	じゃがいもと ウィンナーのトマト煮	ボークウィンナー ベーコン・大豆			トマト缶・人参	玉葱・グリーンピース	じゃがいも・小麦粉	
	グリーンサラダ				小松菜	キャベツ・きゅうり ホールコーン	バター 植物油	
	果物					果物	ごま 植物油	
25 (金)	ご飯(麦)					精白米・麦		779kcal 33.3g
	牛乳		牛乳					
	さわらの中華和え	さわら・大豆			にら	筍・にんにく・古根	でん粉・砂糖	
	もやしときゅうりのサラダ					もやし・きゅうり ホールコーン	植物油・ごま油 ごま油・ごま	
	豆腐とチンゲン菜のスープ	豆腐・チキンハム			チンゲン菜 人参	玉葱・えのき茸	植物油	
28 (月)	ご飯(麦)					精白米・麦		701kcal 33.3g
	牛乳		牛乳					
	さばの塩麹焼き	さば						
	ごま和え				人参	キャベツ・もやし	砂糖	
	わかめスープ	鶏肉	わかめ		パセリ	玉葱・えのき茸	ごま	
	牛乳かん		牛乳・寒天			もも缶	ごま・植物油	
30 (水)	ご飯(麦)					精白米・麦		773kcal 31.9g
	牛乳		牛乳					
	豆腐のチリソース	豆腐・豚肉・大豆 レバー			トマトソース 人参・葉葱	筍・にんにく・古根	砂糖	
	ポテトのごまドレッシング					きゅうり	ごま油 植物油	
	チーズ		チーズ			じゃがいも・砂糖	ごま・ごま油	

【 お知らせ 】\*天候や食材の納入状況等により、献立、使用食材が変更になる場合があります。

◆ 今月の給食回数は、14回の予定です。

今月の学校給食で使用している葉葱と玉葱は、三島市小沢地区の山田貴臣さんの畑で栽培されたものです。  
トマトソースは、三島ときめき連絡協議会トマトグループの皆さんの畑で栽培されたトマトを加工したものを使用しています。



毎日の給食の写真が見られます

◎検索方法  
三島市立北(北上)中学校ホームページ  
→ 給食 → メニュー  
(右のQRコードからもご覧いただけます。)

三島市立北(北上)中学校



click