



4月 こんだてよていひょう



令和7年

(小学生用)
八街市学校給食センター

ひ に ち	よ う び	しゅしよく	は し の ひ	牛 乳	ふくしよく	おもなざいりょうとはたらき			エネルギー	
						ち・にく・ほねの もとになる	からだのちようしを ととのえる	ちから・ねつの もとになる	たんぱくしつ	
									しつ	
									食塩相当量	
8	火	テーブルロール		○	ハンバーグ・トマトソース やさいスープ ジャーマンポテト	とり・にく かまぼこ ベーコン ぶたにく	牛乳 にんじん チンゲンサイ パセリ	キャベツ えのきたけ たまねぎ しょうが にんにく	パン さとう じゃがいも	628 kcal 28.4 g 23.0 g 2.7 g
9	水	むぎごはん		○	オムレツ ポークカレー コールスローサラダ	たまご ぶたにく ぎょうに	牛乳 チーズ ソーセージ スキムミルク	にんじん たまねぎ しょうが にんにく キャベツ コーン	こめ さとう じゃがいも	651 kcal 22.4 g 21.9 g 2.5 g
10	木	ペンネ・ミートソース		○	チキンカツ ベリーヨーグルトあえ	とり・にく だいた ぶたにく	牛乳 チーズ ヨーグルト	にんじん トマト たまねぎ セロリ マッシュルーム いちご	パンこ ペンネ さとう	607 kcal 33.5 g 23.8 g 1.9 g
11	金	ごはん	☆	○	はるまき ジャジャンドーフ カルてつサラダ	ぶたにく あつあげ ハム	牛乳 ひき チーズ	にんじん いんげん キャベツ たまねぎ しいたけ ながねぎ きゅうり	こめ はるさめ じゃがいも さとう	656 kcal 21.4 g 25.2 g 2.1 g
* 八街南中学校3年2組 みむはな さんが考えた献立 *										
14	月	ごはん	☆	○	さばしおやき ちくぜんに しらすとほうれんそうのいそべあえ	さば とり・にく	牛乳 ちりめん のり	にんじん きぬさや ほうれんそう チンゲンサイ	こめ さといも さとう	639 kcal 29.9 g 22.9 g 1.9 g
15	火	ロールパン		○	パンプキングラタン ようふうたまごスープ じゃがいもとアスパラのソテー	とり・にく たまご ベーコン	牛乳 チーズ	かぼちゃ にんじん チンゲンサイ アスパラガス	パン こむぎ じゃがいも	640 kcal 28.8 g 24.9 g 2.5 g
16	水	むぎごはん		○	ハヤシソース シーフードマリネ おめでとうデザート	ぶたにく イカ エビ ツナ とうにゅう	牛乳	にんじん トマト パセリ	こめ むぎ じゃがいも さとう	627 kcal 22.3 g 18.6 g 2.1 g
17	木	きつねうどん	☆	○	にくだんごあまずあん(2こ) こくとうおさつ	とり・にく ぶたにく あぶらあげ	牛乳	にんじん チンゲンサイ	うどん さつまいも こくとう	628 kcal 29.0 g 23.4 g 1.8 g
18	金	ごはん	☆	○	おにくたつぷりホイコーロー はるさめスープ あおりんごゼリー	とり・にく ぶたにく	牛乳	にんじん チンゲンサイ メンマ しいたけ たまねぎ にんにく キャベツ しょうが	こめ はるさめ さとう でんぶん	582 kcal 24.8 g 17.0 g 1.4 g
21	月	ごはん	☆	○	あつやきたまご にくじゃが きりぼしだいこんのごまずあえ	たまご ぶたにく ツナ	牛乳	にんじん いんげん こまつな	こめ じゃがいも さとう	609 kcal 26.6 g 15.9 g 2.1 g
22	火	コッペパン (いちごジャム)		○	コロケ わやさいチャウダー カラフルゼリー	とり・にく あさり	牛乳 チーズ スキムミルク	にんじん こまつな たまねぎ コーン グリンピース ながねぎ はくさい パイン もも	パン じゃがいも さといも パン さとう	705 kcal 24.2 g 22.5 g 2.2 g
23	水	むぎごはん	☆	○	きびなごのカリカリフライ(2こ) マーボー豆腐 パンサンスー	とうふ ぶたにく だいた	牛乳 きびなご	にんじん チンゲンサイ しょうが しいたけ ながねぎ にら もやし	こめ むぎ じゃがいも さとう でんぶん はるさめ	630 kcal 29.0 g 20.1 g 2.1 g
24	木	こくとうパン		○	ハッシュドポテト ABCスープ とり・にくのいろどりにこみ	ウインナー とり・にく だいた	牛乳	にんじん こまつな パブリカ トマト	パン じゃがいも あぶら マカロニ	659 kcal 28.2 g 25.1 g 2.5 g
25	金	ごはん	☆	○	メンチカツ あつあげとやさいのうまに ばんかん	ぎゅうにく ぶたにく とり・にく あつあげ	牛乳	にんじん たまねぎ えだまめ しいたけ ばんかん	こめ パンこ さといも さとう	667 kcal 24.1 g 23.6 g 2.2 g
28	月	ごはん	☆	○	なっとう わかたけみそしる ぶたキムチ	なっとう あぶらあげ ぶたにく	牛乳 わかめ	にんじん こまつな にら とうがらし いんげん にんにく	こめ じゃがいも	566 kcal 29.3 g 16.3 g 1.8 g
30	水	むぎごはん		○	チキンナゲット(2こ) おまめのキーマカレー かいそうサラダ	とり・にく ぶたにく だいた	牛乳 チーズ スキムミルク かいそう	にんじん トマト えんどうまめ ひよこまめ いんげんまめ コーン	こめ むぎ さとう	685 kcal 32.8 g 22.9 g 2.7 g
* 第1期(4月相当分)の給食費の口座振替は 6月30日(月) です *						学校給食摂取基準 児童(8~9歳)		エネルギー たんぱくしつ 21.1~32.5g しつ 14.4~21.7g 食塩相当量 2.0gみまん		

※給食費は、全額が食材料費に充てられています。納め忘れのないようご協力をお願いいたします。
※食材の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。



た 食べているときは…



にゅうがく しんきゅう
ご入学・ご進級
おめでとうございます

今年度も、
皆さんにおしく
食べてもらえるよう
心をこめて
調理します。



給食センターで気をつけていること

学校給食の献立は、栄養士が次のようなことを考えて作っています。

- * 栄養のバランスがとれるように
- * 好き嫌いがなくなるように
- * 季節感を出せるように
- * 衛生的・安全であるように
- * その他
(予算に収まるように、配送時間に間に合うように など)

給食費のお知らせ 月額4,430円です