

# 令和 7 年 4 月 学校給食予定献立表

島原市立有明学校給食センター

日付 曜日	献立名	主な働きと材料名						小学校	中学校
		体をつくる基になる(あか)		体の調子を整える基になる(みどり)		エネルギーの基になる(きいろ)		エネルギー	エネルギー
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質	たんぱく質
8 (火)	はちみつパン					はちみつパン		593	790
	牛乳		牛乳					23.6	30.5
	五目うどん	はんぺん とりむね肉 油揚げ		にんじん ほうれん草 こねぎ	たまねぎ	うどん			
	ごぼうナッツ		煮干		ごぼう	でん粉 さとう 油 アーモンド			
9 (水)	麦ごはん					こめ むぎ		594	715
	牛乳		牛乳					25.4	30.4
	なめこ汁	豆腐 油揚げ 米みそ 赤みそ	わかめ	こねぎ	なめこ				
	豚肉のスタミナ炒め	ぶたもも肉		にら にんじん	たまねぎ もやし たけのこ にんにく しょうが	さとう	ごま ごま油		
10 (木)	横割りコッパパン					コッパパン		616	821
	牛乳		牛乳					24.9	32.2
	コーンポタージュ	ベーコン	生クリーム	にんじん パセリ	たまねぎ クリームコーン コーン	じゃがいも 小麦粉	マーガリン		
	チリコンカン	牛ひき肉 レッドホーン		にんじん ピーマン トマト	たまねぎ	さとう	油		
11 (金)	そぼろ丼	とりひき肉 卵そぼろ				しいたけ ごぼう しょうが	こめ さとう 油	628	764
	牛乳		牛乳					22.9	27.5
	じゃがだんご汁	はんぺん		にんじん こねぎ	キャベツ しいたけ	いももち			
	ツナとわかめのサラダ	ツナ	わかめ		キャベツ コーン	さとう	油		
14 (月)	ごはん					こめ		606	714
	牛乳		牛乳					24.3	28
	肉じゃが	ぶたもも肉 てんぷら		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリルピース	じゃがいも さとう			
	厚焼きたまご	厚焼きたまご							
	ほうれん草とベーコンのソテー	ベーコン		ほうれん草	コーン		油		
15 (火)	黒砂糖パン					黒砂糖パン		623	841
	牛乳		牛乳					28.5	37.2
	タイピーエン	ぶたもも肉 はんぺん イカ うずらの卵		にんじん こねぎ	たけのこ たまねぎ 木くらげ 白菜	はるさめ	ごま油		
	酢豚	ぶたもも肉		にんじん ピーマン	たまねぎ たけのこ しょうが	でん粉 さとう	油		
16 (水)	ごはん					こめ		595	714
	牛乳		牛乳					23.5	27.9
	白玉汁	とりむね肉 はんぺん		小松菜	えのきだけ ごぼう	白玉もち			
	いわしのかぼすレモン煮	いわし かつお しょうゆ							
	干し大根の含め煮	てんぷら		にんじん	切干大根	さとう	油		
17 (木)	米粉パン					米粉パン		592	801
	牛乳		牛乳					20.9	27.6
	オニオンスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ にんにく		油		
	ジャーマンポテト	ベーコン		パセリ	たまねぎ にんにく	じゃがいも	油 バター		



## 保護者の方へ

学校給食に関するお知らせ

## ご入学・ご進級おめでとうございます



いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。学校給食は、栄養バランスのとれた食事で子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、以下のようなさまざまなことを学ぶ教材となるものです。地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りを務めてまいります。

**毎月、献立表を配布します。**.....  
ご家庭での食事作りの参考にするなど、活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。



**給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。**...  
給食当番は1週間の交代制で、給食の配膳や準備、後片付けを行います。給食当番をした週の週末に給食着を持ち帰りますので、ご家庭で洗濯とアイロンがけをして、次の登校時に持たせてください。なお、ほかのお子さんも使用しますので、香りの強い洗剤や柔軟剤の使用はお控えください。



### おもな行事予定

- 8日(火) 小学2~6年生 給食開始  
中学2、3年生 給食開始
- 9日(水) 中学1年生 給食開始
- 17日(木) 小学1年生 給食開始



裏面もご確認ください。

今月分の給食費の引き落としは5/7です。(4月、5月分が引き落とされます)

# 令和 7 年 4 月 学校給食予定献立表

島原市立有明学校給食センター

日付 曜日	献立名	主な働きと材料名						小学校	中学校
		体をつくる基になる(あか)		体の調子を整える基になる(みどり)		エネルギーの基になる(きいろ)		エネルギー	エネルギー
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質	たんぱく質
18 (金)	ごはん							619	754
	牛乳		牛乳					26.5	32.1
	マーボー豆腐	ぶたひき肉 豆腐 赤みそ		にんじん こねぎ	たまねぎ たけのこ しいたけ しょうが	さとう でん粉	ごま油		
	ハンパンジー	とり肉		にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	ごま ねりごま		
21 (月)	チキンカレー	とりむね肉	チキン粉 チーズ	にんじん	たまねぎ グリルピーズ おろしりんご にんにく しょうが	こめ むぎ じゃがいも	カレーパウダー	631	762
	牛乳		牛乳					21.9	26.1
	フルーツミックス				みかん缶 バイン 黄桃缶	加工糖			
22 (火)	パンパン						パンパン	602	807
	牛乳		牛乳					27.5	35.6
	アルファベットスープ	ベーコン		にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ	加工糖 じゃがいも			
	スパイシーチキン	とりもも肉			にんにく	でん粉	油		
ツナとアスパラの和えもの	ツナ		アスパラガス にんじん	キャベツ	さとう	ごま			
23 (水)	ごはん							682	819
	牛乳		牛乳					28.1	32.7
	豚汁	ぶたもも肉 あつあげ 麦みそ		にんじん こねぎ	こんにゃく ごぼう だいこん	さつまいも			
	ぶりの竜田揚げ	ぶり			しょうが にんにく	でん粉	油		
	きゅうりの昆布和え		塩こんぶ		きゅうり				
24 (木)	米粉パン						米粉パン	624	827
	牛乳		牛乳					24.1	30.6
	スパゲッティミートソース	牛ひき肉 ぶたひき肉		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム グリルピーズ	加工糖 さとう			
	キャベツとハムのサラダ	ハム			キャベツ コーン	さとう	油		
25 (金)	ごはん							629	772
	牛乳		牛乳					27.7	33.7
	中華つくねスープ	中華風つくね		にんじん ほうれん草	キャベツ たまねぎ	加工糖			
	焼き肉	牛もも肉 赤みそ		ピーマン	たまねぎ キャベツ おろしりんご にんにく しょうが		油 ごま		
	りんご				りんご				
28 (月)	ごはん							622	762
	牛乳		牛乳					26.3	32.2
	かきたま汁	とりむね肉 はんぺん 卵		にんじん こねぎ	たまねぎ	でん粉			
	ジャポネハンバーグ	ハンバーグ			たまねぎ にんにく しょうが	さとう			
	土佐和え	糸かつお		にんじん	キャベツ きゅうり				
30 (水)	たけのこごはん	とりむね肉 油揚げ		にんじん	グリルピーズ たけのこ	こめ むぎ さとう	油	587	774
	牛乳		牛乳					20.8	26.8
	じゃがいものみそ汁	油揚げ 麦みそ		こねぎ	たまねぎ	じゃがいも			
	ししゃもフリッター		ししゃもフリッター				油		
	小松菜のごま和え			小松菜 にんじん	もやし	さとう	ごま		

## 今月の献立について



30日(水) たけのこごはん  
春が旬のたけのこを使ったごはんです。  
たけのこにはおなかをそうじしてくれる食物せんいが  
たくさん含まれています。  
旬を味わいましょう。

## おもな行事予定

18日(金) 歓迎遠足(大三東小)

25日(金) 歓迎遠足(高野小)



## 給食等を通して学び、身に付けたいこと(食育の視点)

<h3>食事の重要性</h3> <p>おいしいね</p> <p>食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</p>	<h3>心身の健康</h3> <p>健康!</p> <p>心身の成長や健康の保持増進の上で、望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。</p>	<h3>食品を選択する能力</h3> <p>ただおいしいだけでなく、正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。</p>
<h3>感謝の心</h3> <p>食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。</p>	<h3>社会性</h3> <p>食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。</p>	<h3>食文化</h3> <p>各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。</p>