

令和7年4月分学校給食予定献立表（A）

銚田市立銚田学校給食センター

日	曜		こ ん だ て	体をつくるもとなる食べもの	ねつや力のもとなる食べもの	体のちょうしをととのえる食べもの	小学校	中学校	備 考
							エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	
8	火		入 学 式 						
9	水	主食	ドッグパン		パン		633	751	
		主菜	ウインナー	ウインナー			25.6	30.2	
		副菜	チキンサラダ	とりこ	ノンエッグマヨネーズ あぶら	きゃべつ えだまめ にんじん	27.9	30.8	
		他	やさしいスープ	とりこ	じゃがいも	たまねぎ きゃべつ にんじん	3.1	3.6	
10	木	主食	ごはん（ハヤシライス）		こめ		646	807	
		主菜	ハヤシルウ	ぶたにく	じゃがいも こむぎこ あぶら さとう でんぷん	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース トマト	20.0	23.8	
		副菜	イタリアンサラダ		あぶら	きゃべつ とうもろこし にんじん パプリカ	20.4	23.2	
		他	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			3.1	3.6	
11	金	主食	ごはん		こめ		619	785	
		主菜	さわらのさいきょうやき	さわら みそ	さとう		24.0	29.5	
		副菜	きんぴらごぼう	ぶたにく	しらたき さとう あぶら こま	ごぼう にんじん ししいたけ	17.2	20.2	
		他	けんちんじる	とうろ あぶらあげ	さといも こんにゃく あぶら	だいこん にんじん こまつな ごぼう	2.6	3.1	
14	月	主食	ぎゅうにゅう おいおいゼリー（小中のみ）	ぎゅうにゅう	さとう みずあめ	さくらんぼ レモン			
		主菜	ソフトめん（にくみそうどん）		ソフトめん		649	747	
		主菜	ちくわのいそべやき	ちくわ あおき	こむぎこ でんぷん さとう あぶら		27.1	31.1	
		副菜	ごまあえ	さとう こま		もやし ほうれんそう にんじん	14.4	15.5	
15	火	副菜	にくみそうどんスープ	ぶたにく みそ	あぶら さとう	もやし きゃべつ にんじん ながねぎ しょうが にんにく ししいたけ	3.4	4.0	
		他	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
		主食	ごはん		こめ		671	811	
		主菜	チキンカツ	とりこ	パンこ こむぎこ あぶら でんぷん	りんご	24.8	28.1	
16	水	副菜	なめこじる	とうろ あぶらあげ みそ		なめこ こまつな ながねぎ	25.1	27.4	
		他	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			2.7	3.1	
		主食	ミルクパン		パン		681	869	
		主菜	チキンナゲット（1人2個）	とりこ	パンこ こむぎこ ラード あぶら		24.9	30.7	
17	木	副菜	コーンサラダ		あぶら	きゃべつ きゅうり とうもろこし にんじん	23.3	29.9	
		他	はるやさいのシチュー	ぎゅうにゅう とりこ とうろ	じゃがいも こむぎこ あぶら	たまねぎ にんじん アスパラガス フロッコリー しめじ	2.3	2.9	
		主菜	はっこうにゅう	だっしふんにゅう	さとう	いちご			
		主食	ごはん		こめ		620	773	
18	金	主菜	あつやきたまご	たまご	さとう あぶら		25.2	29.7	美味しお Day
		副菜	はくさいのおひだし		ごまあぶら	はくさい もやし にんじん	16.8	19.2	
		他	じゃがいものそばろに	ぶたにく こうやどうろ	じゃがいも こんにゃく さとう あぶら でんぷん	にんじん グリンピース ししいたけ	2.2	2.7	
		主菜	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
21	月	主菜	ごはん		こめ		631	816	
		主菜	ぎょうざ（幼小2個・中職3個）	ぶたにく とりこ	こむぎこ あぶら	きゃべつ たまねぎ にら しょうが	23.3	29.5	
		副菜	まめとツナのサラダ	ツナ だいず みそ	あぶら こま ラー油	きゃべつ えだまめ にんじん しょうが にんにく	20.0	22.5	
		他	ワンタンスープ	とりこ	こむぎこ ごまあぶら	もやし ほうれんそう ながねぎ にんじん しょうが	2.1	2.6	
22	火	主菜	ごはん		こめ		631	798	銚田の日献 立
		主菜	さばのおしやき	さば			26.4	32.0	
		副菜	いろどりひじきに	ひじき あぶらあげ	さとう あぶら	にんじん とうもろこし えだまめ	25.3	29.8	
		他	たけのこいりかきたまじる	とうろ たまご	でんぷん	たまねぎ ほうれんそう たけのこ にんじん	2.9	3.4	
23	水	主菜	ごはん		こめ		663	804	
		主菜	メンチカツ	ぶたにく とりこ	パンこ こむぎこ あぶら さとう	きゃべつ	21.1	24.8	
		副菜	みずなときゃべつのサラダ	さつまいも	さとう みずあめ	きゃべつ みずな とうもろこし にんじん たまねぎ	22.1	23.8	
		他	さつまいも	とりこ あぶらあげ みそ	さつまいも こんにゃく	だいこん にんじん ながねぎ こまつな	2.5	2.9	
24	木	主菜	ミニロールパン		こむぎこ さとう マーガリン				
		主菜	スバグッティミートソース	ぶたにく だいず	スバグッティ あぶら さとう	たまねぎ トマト にんじん にんにく しょうが パセリ	695	813	
		副菜	えだまめサラダ		あぶら さとう みずあめ こま	きゃべつ えだまめ にんじん とうもろこし	28.5	33.1	
		他	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			20.8	22.9	
25	金	主菜	ごはん		こめ		2.2	2.7	
		主菜	アジフライ	アジ	パンこ こむぎこ あぶら	りんご	622	762	
		副菜	だいこんとハムのごますあえ	ハム	あぶら さとう こま	だいこん にんじん きゅうり	23.2	26.6	
		他	じゃがいものみそしる	とうろ あぶらあげ みそ	じゃがいも	たまねぎ ちんげんさい	20.2	22.3	
28	月	主菜	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			3.0	3.4	
		主菜	ごはん		こめ				
		主菜	ボークカレー	ぶたにく だっしふんにゅう チーズ	じゃがいも こむぎこ さとう あぶら はちみつ ラード	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト パナナ りんご	679	838	
		副菜	わかめサラダ	わかめ	こんにゃく あぶら さとう みずあめ	きゃべつ きゅうり たまねぎ	20.5	24.1	
29	火	主菜	ちゅうかめん（しょうゆラーメン）		ちゅうかめん		20.5	22.9	
		主菜	しゅうまい（幼小2個・中職3個）	ぶたにく	こむぎこ パンこ でんぷん さとう	たまねぎ しょうが	3.0	3.5	
		副菜	きゃべつのナムル		こま ごまあぶら	きゃべつ にんじん きゅうり	26.4	31.6	
		他	しょうゆラーメンスープ	ぶたにく	あぶら こまあぶら	はくさい もやし にんじん たけのこ ながねぎ しょうが	18.9	22.2	
30	水	主菜	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			3.1	3.8	
		主菜	コッペパン いちごジャム		パン みずあめ さとう	いちご			
		主菜	とうにゅうコロッケ	とうにゅう	パンこ こむぎこ さとう でんぷん あぶら	たまねぎ とうもろこし	667	777	
		副菜	グリーンサラダ		あぶら	きゃべつ フロッコリー きゅうり	21.2	24.9	
30	水	副菜	アルファベットスープ	ウインナー	マカロニ	たまねぎ にんじん きゃべつ	23.5	26.0	
		他	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			3.1	3.7	
29	火		昭 和 の 日 						

※ただし、こんにゃくはエネルギーにはなりません。

注：A献立表は銚田幼・つばさ幼・銚田南小・大洋小・銚田南中・大洋中に配布しています。
献立は事情により変更する場合がありますのでご了承下さい。

 ご入学・ご進級おめでとうございます



献立表は銚田市のホームページでもご覧いただけます。



銚田市は鹿島アントラースのホームタウンです。

©KASHIMA ANTLERS

