令和7年度

4月　給食献立予定表

＊牛乳は毎日付きます。予定献立につき、変更となる場合があります。

男鹿市立小中学校東部共同調理場

曜日	月	火	水	木	金
日	7	8	9	10	11
献立名	ごはん 若鶏のごま照り焼き 根菜ソテー とろとろわかめのみそ汁	豚丼 キャベツのみそ汁 ＜小・中入学式＞	ごはん チキンカレー 大根サラダ お祝いデザート	ごはん 秋田県産メンチカツ 野菜のごまあえ 根菜汁	ごはん 焼き魚（さけ） 秋田ふきの炒め煮 男鹿産めかぶのみそ汁
食品 赤	ぎゅうにゅう、とりにく、ベーコン、あぶらあげ、わかめ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、あぶらあげ	ぎゅうにゅう、とりにく、ツナ	ぎゅうにゅう、ぶたひきにく、あぶらあげ	ぎゅうにゅう、さけ、ぶたにく、めかぶ
黄	こめ、じゃがいも、ごま、あぶら	こめ、あぶら	こめ、じゃがいも、あぶら	こめ、じゃがいも、あぶら	こめ、じゃがいも、あぶら
緑	にんじん、ごぼう、レンコン、たまねぎ	たまねぎ、キャベツ、えのき	にんじん、たまねぎ、だいこん、ブロッコリー、もやし、コーン	キャベツ、にんじん、もやし、ほうれんそう、ごぼう	にんじん、ふき、ごぼう、たけのこ、たまねぎ
日	14	15	16	17	18
献立名	ごはん 男鹿産たらフライ しょっつるサラダ かきたま汁	ごはん　ふりかけ 鶏肉のコーンフレーク焼き ひじきの炒り煮 秋田ふきのみそ汁	そぼろ丼 春雨中華スープ ＜教職員研修会＞	ごはん にんじん入りしゅうまい もやし酢しょうゆ マーボー豆腐	ごはん 肉棒餃子 肉野菜炒め コーンたまごスープ
食品 赤	ぎゅうにゅう、たら、たまご、とうふ、ささみ	ぎゅうにゅう、とりにく、とうふ、ひじき	ぎゅうにゅう、ぶたひきにく、とりひきにく、とうふ、ベーコン	ぎゅうにゅう、ハム、ぶたひきにく、とうふ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、たまご
黄	こめ、あぶら	こめ、じゃがいも、マヨネーズ	こめ、あぶら、さとう	こめ、あぶら	こめ、あぶら
緑	もやし、にんじん、こまつな、たまねぎ	にんじん、たまねぎ、ふき、きりぼし	たまねぎ、にんじん、こまつな、しいたけ	もやし、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、にら、ねぎ	キャベツ、にんじん、にら、たまねぎ、チンゲンサイ
日	21	22	23	24	25
献立名	ごはん ポテトコロッケ きんぴらごぼう 白菜のみそ汁	ごはん ロース生姜焼き ほうれん草のおひたし えのきのみそ汁	ジャンバラヤ ケチャップバーグ ベーコン野菜スープ Fe/Caヨーグルト	ごはん さばのみそ煮 錦糸たまごあえ じゃがいものみそ汁	ごはん 若鶏の唐揚げ メンマの炒り煮 小松菜のみそ汁
食品 赤	ぎゅうにゅう、ぶたにく、あつあげ、あぶらあげ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ハム、とうふ、あぶらあげ	ぎゅうにゅう、ウィンナー、ベーコン、ぶたひきにく、ヨーグルト	ぎゅうにゅう、さば、たまご、とうふ、あぶらあげ	ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、とうふ
黄	こめ、じゃがいも、あぶら	こめ	こめ	こめ、じゃがいも	こめ、じゃがいも、あぶら
緑	にんじん、きりぼし、ごぼう、いんげん、はくさい	ほうれんそう、もやし、にんじん、キャベツ、えのきだけ	にんじん、たまねぎ、キャベツ	たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん	にんじん、いんげん、たけのこ、こまつな
日	28＜南・東中なし＞	○平均栄養価○ 小学生 エネルギー　６３５Ｋｃａｌ たんぱく質　２６．５ｇ 脂質　２１．４ｇ 中学生 エネルギー　８２０Ｋｃａｌ たんぱく質　３３．７ｇ 脂質　２６．１ｇ	30	ご入学・ご進級 おめでとうございます。 給食は7（月）から始まります。 安心・安全な給食を提供できるよう、職員一同がんばります。今年度もよろしくお願いします。	
献立名	タンタン麺 チップスサラダ ジョア （牛乳なし）		ごはん ポークハヤシ フルーツポンチ		
食品 赤	ジョア、ぶたひきにく		ぎゅうにゅう、ぶたにく		
黄	めん		こめ、じゃがいも、あぶら、もち		
緑	たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、たけのこ、ブロッコリー、キャベツ		たあねぎ、にんじん、マッシュルーム、フルーツかん		

◇残さず食べよう！＆手洗いをしっかりと◇

ご入学、ご進級おめでとうございます。４／７（月）から給食が始まります。学校給食は皆さんの心と体の成長のため、栄養のバランスを考えて作っています。給食当番は、クラス全員に同じくらいの量がいきわたるように、配食の工夫をお願いします。自分の分の給食はできるだけ残さないように心がけましょう。

また、食事の前は必ず石けんを使い、しっかりと手洗いをしましょう。手洗いをきちんとできるよう、毎日清潔なハンカチの持参をお願いします。

)