

# 4月予定献立表

今日の日標 小学校「みんなで協力して準備や片付けをしよう」  
 中学校「学校給食について知ろう」

令和7年度

学校給食センター（垣生小、神郷小、多喜浜小、泉川小、船木小、角野小、船木中、泉川中、角野中）  
 給食の予定日は、各学校により異なるため、学校が発行している行事予定をご確認ください。

日曜日	献立名	主 な 材 料						その他	エネルギーたんぱく質 上：小学生 下：中学生
		主に体をつくるものとなる赤の食品 主にたんぱく質（1群）		主に体の調子を整えるものとなる緑の食品 主にカロテン（3群）		主にエネルギーのもととなる黄の食品 主に炭化物（5群）			
		主に無機質（2群）	主にビタミンC（4群）	主に脂質（6群）	その他	その他	その他		
10木	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			623 kcal
	あじの竜田揚げ	鱈				でん粉	油	醤油、酒、味醂、生姜	27.3 g
	大豆の磯煮	大豆、竹輪	ひじき	人参、さやいんげん	ごぼう	砂糖	油、ごま油	鶏だし、醤油、味醂、だし汁	819 kcal
	みそ汁	厚揚げ、味噌		人参、ねぎ	玉ねぎ、しめじ	つきこんにやく		煮干（だし用）	33.7 g
11金	牛乳		牛乳						
	麦ご飯					米、麦			636 kcal
	カレー	豚肉、きざみ大豆		人参	玉ねぎ、グリーンピース	じゃが芋	油	にんにく、塩、胡椒、カレー粉、ウスターソース、醤油、パーム油、カレーフレーク、とろけるカレールウ	23.1 g
	ハムステーキ	ポロニアステーキ							835 kcal
	カラフルサラダ			赤パプリカ	キャベツ、きゅうり、黄パプリカ	砂糖	オリーブ油	酢、醤油、塩、胡椒	28.5 g
14月	牛乳		牛乳						
	パン					パン			631 kcal
	ローストチキン	鶏肉					油	酒、生姜、にんにく、塩、胡椒	27.2 g
	ナッツ入り野菜ソテー	大豆粉		チンゲン菜	もやし、しめじ		アーモンド、油	コンソメ、鶏だし、塩、胡椒	770 kcal
	はるさめスープ	肉団子		人参、にら	玉ねぎ、きくらげ	春雨、でん粉		醤油、鶏だし、中華だし、酒、塩、胡椒	33.4 g
	パテチョコ						パテチョコ		
15火	日本全国味めぐり「佐賀県」								
	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			615 kcal
	じゃこカツ	じゃこカツ					油		23.0 g
	およごし	竹輪、絞り豆腐、味噌		小松菜、人参	キャベツ	砂糖	ごま	だし汁	812 kcal
がめ煮	鶏肉		人参、さやいんげん	ごぼう、たけのこ、干し椎茸	じゃが芋、角切りこんにやく、砂糖	油	醤油、味醂、煮干（だし用）	28.9 g	
16水	毎月 第3水曜日は【水産の日】								
	牛乳		牛乳						
	パン					パン			614 kcal
	ホキのトマトソースかけ	ホキ		トマト	玉ねぎ	でん粉	油、オリーブ油	酒、塩、胡椒、醤油、味醂、鶏だし	27.5 g
	青のりポテト		青のり			じゃが芋	オリーブ油	塩、胡椒	765 kcal
	ABCスープ	ベーコン、白いんげん豆		人参、パセリ	玉ねぎ、キャベツ	マカロニ		醤油、塩、胡椒、コンソメ、鶏だし	33.5 g
清見				清見					
17木	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			593 kcal
	さばのごま焼き	鯖					ごま、ごま油	醤油、生姜、酒、味醂	28.1 g
	春キャベツの甘酢煮	松山揚げ	ちりめん		キャベツ、枝豆、コーン	砂糖		酢、醤油	777 kcal
	沢煮椀	豚肉、厚揚げ		人参、ねぎ	生椎茸、たけのこ、もやし			酒、塩、胡椒、醤油、花かつお（だし用）	34.6 g
18金	牛乳		牛乳						
	麦ご飯					米、麦			602 kcal
	シュウマイ	シュウマイ							23.6 g
	炒めナムル				キャベツ、もやし、枝豆	砂糖	油、ごま油	酢、醤油	787 kcal
	麻婆豆腐	豆腐、豚肉、味噌		人参、にら	玉ねぎ、干し椎茸、たけのこ	砂糖、でん粉	油、ごま油	にんにく、生姜、酒、醤油、トウバンジャン、オイスターソース	29.2 g
21月	毎月19日は食育の日								
	牛乳		牛乳						
	パン					パン			629 kcal
	ハンバーグ	白いんげん豆、きざみ大豆、牛肉、豚肉、絞り豆腐、卵	牛乳		玉ねぎ	小麦粉、パン粉、砂糖		塩、胡椒、トマトケチャップ、ウスターソース、中濃ソース	28.7 g
	もやしとコーンのサラダ				もやし、コーン、きゅうり		減塩和風ドレッシング		788 kcal
ジュリアンスープ	ベーコン		人参	玉ねぎ、キャベツ、きくらげ			醤油、塩、胡椒、コンソメ、鶏だし	35.8 g	

日曜日	献立名	主 な 材 料						その他	エネルギー たんぱく質 上：小学生 下：中学生
		主に体をつくるものとなる赤の食品		主に体の調子を整えるものとなる緑の食品		主にエネルギーのもととなる黄の食品			
		主にたんぱく質(1群)	主に無機質(2群)	主にカロテン(3群)	主にビタミンC(4群)	主に炭水化物(5群)	主に脂質(6群)		
	魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・麺 芋・砂糖	油脂・種実			
22 火	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			618 kcal
	肉ごぼう	豚肉, 牛肉		人参, ねぎ	玉ねぎ, ごぼう	糸こんにゃく, 砂糖	油	生姜, 醤油, 味醂, 酒, 花かつお(だし用)	21.1 g
	フライドポテト					フライドポテト	油	塩	817 kcal
	キャベツの塩昆布煮		塩こんぶ	人参	キャベツ, 枝豆		ごま油	醤油, 味醂	26.0 g
23 水	牛乳		牛乳						
	パン					パン			672 kcal
	豚肉のアップルソースかけ	豚肉			りんご, レモン果汁	砂糖, でん粉		塩, 胡椒, 酒, にんにく, 醤油	29.2 g
	切干大根のマヨネーズ炒め	ツナ	ひじき	赤パプリカ	切干大根, コーン		油, ごま, マヨネーズ	味醂, 醤油, 塩, 胡椒	841 kcal
	ポトフ	ウインナー, 白いんげん豆		人参, パセリ	玉ねぎ, キャベツ	じゃが芋		コンソメ, 鶏だし, 醤油, 塩, 胡椒	36.1 g
24 木	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			601 kcal
	さわらのコチュジャン焼き	鯖					ごま油	コチュジャン, 醤油, にんにく, 生姜, 味醂, 酒	27.6 g
	新玉葱のそぼろ煮	鶏肉, きざみ大豆		さやいんげん	玉ねぎ	でん粉	油	酒, 生姜, 醤油, 胡椒, とうがらし	789 kcal
豚汁	豚肉, 厚揚げ, 味噌		人参	玉ねぎ, 白菜, えのきたけ	さつま芋		酒, 煮干(だし用)	34.5 g	
25 金	牛乳		牛乳						
	わかめご飯		わかめ			米			629 kcal
	ざんき	鶏肉				でん粉	油	生姜, にんにく, 鶏だし, 醤油, 酒	22.5 g
	ごま煮びたし			小松菜	キャベツ		ごま	醤油, 味醂	815 kcal
	魚そうめん汁	魚そうめん	わかめ	人参, ねぎ	玉ねぎ, しめじ, 大根			花かつお(だし用), 醤油, 塩	27.8 g
	お祝いデザート(いちご)					ゼリー			
【ようけカムday】かむことを意識した献立です。									
28 月	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			617 kcal
	ししゃもの変わり揚げ		ししゃも, 青のり			天ぷら粉	アーモンド, 油		21.7 g
	じゃが芋の金平			人参, さやいんげん		じゃが芋, 砂糖	油, ごま油	鶏だし, 醤油, 味醂, とうがらし	776 kcal
	けんちん汁	厚揚げ		人参, ねぎ	しめじ, ごぼう, たけのこ	つきこんにゃく	ごま油	醤油, 味醂, 塩, 煮干(だし用)	25.3 g
のりの佃煮		のりの佃煮							
30 水	牛乳		牛乳						
	パン					パン			621 kcal
	ツナオムレツ	ツナオムレツ							29.2 g
	ドレッシングサラダ				キャベツ, きゅうり, コーン	砂糖	オリーブ油	酢, 醤油, 塩, 胡椒	771 kcal
チリコンカン	大豆, 豚肉		人参, トマト	玉ねぎ	じゃが芋, でん粉	油	にんにく, チリパウダー, トマトケチャップ, 中濃ソース, 塩, 胡椒, コンソメ	35.9 g	

※ 給食費は、小学校は1食290円、中学校は330円になりますが、保護者負担軽減の為、新居浜市より30円の補助が出ます。(教職員除く)  
また、徴収している給食費については、全て食材の購入のみに使用しています。  
★ 材料の都合により献立を変更することがあります。

# 入学❀進学 おめでとうございます

新居浜市学校給食センターで給食が作られます



## 献立表の見方

献立ごとの材料が分かるよう、献立名の欄に合わせて材料名を記しています。  
その他の欄には、調味料等が記載されています。

毎月「日本全国味めぐり」として、全国各地の郷土料理や特産物を取り入れた献立が登場します。  
地場産物は郷土の気候風土からの贈り物です。お楽しみに！！



新居浜市学校給食オリジナル  
味めぐりのマーク