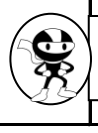
令和７年４月分　給食献立予定表

瀬戸内市邑久・牛窓学校給食調理場

日付	献立名 主食	主菜（メインのおかず）	副菜（主菜をおぎなう）	その他	エネルギー (幼)(小)(中) / 家庭でとってほしい食品	主な材料 血やにくになる	体の調子をととのえる	力や熱のもとになる
8（火）	力うどん 【うどん：小麦】【もちいなり：大豆・小麦】【汁：鶏肉・大豆・小麦】		ごぼうのごまサラダ 【ごま・小麦・大豆】	●小魚	554 673 779 いも類	牛乳 あぶらあげ とり肉 煮干し	にんじん たまねぎ もやし ねぎ ごぼう にんじん えだまめ キャベツ	うどん 三温糖 ごま もち ノンエッグマヨネーズ
9（水）	わかめごはん	さけの南蛮漬け 【さけ・小麦・大豆】	きんぴら【大豆・小麦・さば】 なめこの赤だし【大豆】		541 689 － 緑黄色野菜	牛乳 わかめ さけ ちくわ けずり粉 みそ とうふ	れんこん しょうが にんじん いんげん たまねぎ えのき茸 なめこ ねぎ	米 むぎ 天ぷら油 砂糖 三温糖 じゃがいも でん粉 ごま油
10（木）	米粉黒糖パン 【小麦・乳・大豆】	スコップコロッケ 【豚肉・小麦・大豆】 ●ソース【小麦・大豆・もも・りんご】	アスパラガスのサラダ 野菜スープ【鶏肉・豚肉・小麦・大豆】		477 624 758 魚介類	牛乳 とり肉 ぶた肉	にんじん たまねぎ アスパラガス コーン キャベツ セロリー エリンギ だいこん チンゲンサイ	米粉黒糖パン じゃがいも サラダ油 砂糖 パン粉 コースロードレッシング
11（金）	麦ごはん	ペッパーチキンのレモンソースかけ【鶏肉・小麦・大豆】	ポテトサラダ【大豆】 豚汁【豚肉・大豆】 邑久中2年生考案 ご当地グルメ		－ 738 872 海藻類	牛乳 とり肉 ぶた肉 とうふ みそ	にんにく たまねぎ レモン果汁 きゅうり にんじん しょうが だいこん はくさい ねぎ	米 むぎ 三温糖 でん粉 じゃがいも さつまいも ノンエッグマヨネーズ ごま油
14（月）	麦ごはん	肉じゃが 【牛肉・小麦・大豆】	ツナサラダ 【小麦・大豆】		516 648 768 緑黄色野菜	牛乳 牛肉 こんぶ とうふ ツナ	しょうが にんじん たまねぎ 干椎茸 いんげん キャベツ にんじん 寒天	米 むぎ 三温糖 じゃがいも
15（火）	わかめラーメン 【中華めん：小麦】【汁：豚肉・鶏肉・小麦・大豆】		大根のごまずあえ 【ごま・小麦・大豆】	きなこ蒸しパン 【小麦・乳・大豆】	543 682 805 果物	牛乳 ぶた肉 なると わかめ きなこ	しょうが にんじん たまねぎ とうもろこし もやし キャベツ ねぎ だいこん ほうれんそう	中華めん ごま油 ごま 三温糖 むしパンミックス 小豆甘納豆
16（水）	たけのこごはん 【豚肉・小麦・大豆】	とり肉のから揚げ 【鶏肉・小麦・大豆】	 入学・進級お祝い献立 桜のすまし汁 【大豆・小麦】	★豆乳プリン 【大豆】	569 690 822 いも類	牛乳 ぶた肉 とり肉 あぶらあげ とうふ わかめ ちらしかまぼこ	にんじん ごぼう 干椎茸 たけのこ こまつな しょうが たまねぎ えのき茸 みつば	米 むぎ 三温糖 でん粉 天ぷら油 豆乳プリン
17（木）	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	とり肉のハニーマスタードソース【鶏肉・小麦・大豆】	キャベツのレモンあえ【小麦・大豆】 ポテトスープ【豚肉・大豆・鶏肉・小麦】		498 646 800 大豆製品	牛乳 とり肉 ベーコン	キャベツ きゅうり レモン セロリー にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	米粉パン じゃがいも はちみつ 三温糖
18（金）	麦ごはん	マーボー厚揚げ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆・ごま】	きくらげの中華あえ 【小麦・大豆】		505 639 760 緑黄色野菜	牛乳 ぶた肉 あつあげ みそ	しょうが にんじん たまねぎ 干椎茸 たけのこ ねぎ もやし こまつな きくらげ	米 むぎ でん粉 三温糖 ごま油
21（月）	麦ごはん	ぶた肉の金山寺みそ焼き 【豚肉・小麦・大豆】	けんちん汁 【小麦・大豆】	●のり佃煮 【小麦・大豆】	492 620 743 魚介類	牛乳 ぶた肉 みそ とうふ のり佃煮	しょうが ねぎ たまねぎ ごぼう にんじん だいこん しめじ 干椎茸 白ねぎ	米 むぎ ごま油 さといも
22（火）	山菜うどん 【うどん：小麦】 【汁：鶏肉・小麦・大豆】	ちくわのマヨネーズ焼き 【小麦・大豆】	ゆず香あえ 【小麦・大豆】		504 654 802 海藻類	牛乳 とり肉 あぶらあげ ちくわ	にんじん 干椎茸 たまねぎ わらび 水菜 ねぎ えのき茸 ぜんまい たけのこ 山うど なめこ ゆず	うどん 三温糖 ノンエッグマヨネーズ キャベツ きゅうり
23（水）	牛肉どんぶり 【具：牛肉・小麦・大豆】		ゆかりあえ 【小麦・大豆】	★ヨーグルト 【乳】	594 710 827 大豆製品	牛乳 あぶらあげ 牛肉 ヨーグルト	しょうが ごぼう にんじん たまねぎ 干椎茸 白ねぎ こまつな だいこん キャベツ しそ	米 むぎ くずきり 三温糖
24（木）	セルフウインナーサンド（ウインナー・キャベツのカレーソテー・●ケチャップ） 【米粉パン：小麦・乳・大豆】【ウインナー：豚肉】		ポトフ 【鶏肉・小麦・大豆】		559 696 817 緑黄色野菜	牛乳 ウインナー とり肉	キャベツ たまねぎ だいこん にんじん マッシュルーム アスパラガス	米粉パン サラダ油 じゃがいも
25（金）	麦ごはん	いわしのカリカリフライ	春野菜のうま煮 【鶏肉・小麦・大豆】		525 715 819 果物	牛乳 いわし とり肉 こんぶ さつまあげ かまぼこ	ごぼう にんじん たまねぎ たけのこ わらび きぬさや	米 むぎ 天ぷら油 三温糖 さといも でん粉 じゃがいも 米粉パン粉 玄米粉
28（月）	カレーライス 【ルウ：牛肉・鶏肉・小麦・大豆】		マーマレードサラダ		583 732 868 魚介類	牛乳 牛肉 大豆	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	米 むぎ じゃがいも サラダ油 小麦粉 マーマレード 三温糖
30（水）	麦ごはん	さわらの木の芽みそかけ 【大豆】	たくあんあえ【ごま】 沢煮椀【豚肉・小麦・大豆】	 もってぇねんジャーの日	501 630 749 大豆製品	牛乳 さわら みそ ぶた肉	つぼ漬け きゅうり こまつな ほうれんそう にんじん たまねぎ ごぼう ねぎ 干椎茸 だいこん えのき茸	米 むぎ 三温糖 ごま

※〇印は瀬戸内市基本献立です。
※●は、小袋がつきます。　★は直接学校に配送されます。
※献立は都合により変更することがあります。 牛乳は毎日つきます。
※献立名の欄に、アレルギー源になりやすい28品目に該当するものを【 】に載せています。
※4月30日（水）は 「もってぇねんジャーの日」 です。
苦手なものにも挑戦して、食べ残しを少しでもなくしましょう。
※瀬戸内市のホームページに、献立表と使用した食材の産地を掲載しています。

４月の瀬戸内市産食材使用予定

米　小麦粉　裳掛手作りみそ

給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。

給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。