



令和7年4月よていこんだてひょう

【小学校】

★は、1かい はいぜんしつまでとりにいきましよう。

酒々井町学校給食センター



日	曜	しゅしょく	牛乳	お か す	おもなざいりょうとはたらき					栄養価 熱量kcal たんぱく質g 脂質g 食塩相当量g	
					あか	みどり		き			
					血・肉・骨になるもの	からだの調子を整える		熱や力になるもの			
	日	てんかぶつ			たんぱく質	無機質	ビタミン	炭水化物	脂質		
8	火	ごはん	○	★かいそうサラダ（ドレッシング） ハヤシソース プリン	ぶたにく	ぎゅうにゅう かいそう なまクリーム	にんじん トマト	キャベツ きゅうり コーン にんにく たまねぎ しめじ グリーンピース	こめ じゃがいも プリン	あぶら	699 21.6 21.2 1.7
9	水	ごはん	○	なのはなコロッケ（ソース） ★カルてつサラダ とうにゅうみそしる	ぶたにく ハム なまあげ みそ とうにゅう	ぎゅうにゅう ひじき チーズ	なのはな にんじん えどな	キャベツ たまねぎ コーン きゅうり だいこん ながねぎ	こめ じゃがいも パンこ	あぶら	676 24.3 24.2 2.9
10	木	むぎごはん	○	にらまん ぶたどんのぐ しすいみそのこまつなじる	ぶたにく にらまん あぶらあげ とうふ みそ	ぎゅうにゅう	さやいんげん にら にんじん こまつな	たまねぎ しらたき ながねぎ	こめ むぎ さとう		672 30.5 20.4 3.1
11	金	ごはん	○	あじあげに ★パンサンスー ワントンスープ ちゅうかむしパン	あじ ハム とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	ながねぎ しょうが もやし きゅうり ほししいだけ	こめ さとう でんぶん マロニー ワントン むしパン	あぶら ごま ごまあぶら	685 26.3 19.8 2.6
★1ねんせいきゅうしゅくかいし★				ふくじんづけ ポークカレー おめでとうデザート ゼリー入りプリン	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	ふくじんづけ にんにく しょうが たまねぎ	こめ じゃがいも プリン	あぶら	631 19.7 17.0 2.7
15	火	ごはん	○	ハンバーグ トマトソース ★はるキャベツのフレンチサラダ なめこじる	ハンバーグ ハム とうふ みそ	ぎゅうにゅう	トマト にんじん ほうれんそう こまつな	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン だいこん なめこ ながねぎ	こめ さとう	あぶら	644 26.6 21.4 2.9
16	水	コッペパン （いちご ジャム）	○	なのはなグラタン ★さつまいもサラダ こめこのシチュー	ツナ とりにく しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう チーズ なまクリーム	なのはな ブロッコリー にんじん	たまねぎ コーン えだまめ にんにく しめじ グリンピース	パン ジャム こめこ マカロニ こむぎこ さつまいも	あぶら バター マヨネーズ	689 28.2 25.8 2.8
17	木	スパゲティ ナポリタン	○	コーンバターフライ（ソース） ★はなやさいサラダ（ドレッシング） レモンソーダゼリー	ベーコン ウインナー	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン ブロッコリー	にんにく たまねぎ エリンギ コーン カリフラワー	スパゲティ パンこ でんぶん こむぎこ ゼリー	あぶら バター	678 20.8 29.3 3.1
18	金	ごはん （ふりかけ）	○	さばみそに ★ほうれんそうわふうサラダ はるのすましじる	さば とりにく とうふ はんぺん みそ	ぎゅうにゅう のり わかめ	ほうれんそう にんじん なのはな	キャベツ もやし えのき ほししいだけ ながねぎ	こめ さとう	あぶら	767 27.5 25.2 3.1
21	月	こくとうパン （マーガリン）	○	しろみさかなのフライ（ソース） ★ブロッコリーサラダ わかめスープ	しろみさかな ベーコン	ぎゅうにゅう わかめ	ブロッコリー にんじん	コーン たまねぎ えのき	パン こむぎこ パンこ	マーガリン あぶら ごま	660 22.0 28.8 2.9
22	火	むぎごはん	○	にくだんご 2こ ★えのきだけのすのもの しすいみそのとんじる ヨーグルト	にくだんご かにかま ぶたにく とうふ ヨーグルト みそ	ぎゅうにゅう わかめ ヨーグルト	にんじん	きゅうり えのき ごぼう だいこん さといも こんにゃく ながねぎ	こめ むぎ きびさとう		647 26.8 16.1 2.8
23	水	ピラフ	○	とりのマーマレードやき ★えだまめサラダ チンゲンサイスープ	とりにく ハム とうふ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん あかピーマン こまつな チンゲンサイ	コーン しょうが にんにく えだまめ もやし たまねぎ だけのこ きくらげ	こめ マーマレード さとう でんぶん	あぶら	624 32.9 20.2 4.0
24	木	ごはん	○	シューマイ 2こ ★ナムル マーボーとうふ ひとくちみかんゼリー 1こ	シューマイ ぶたにく とうふ だいず みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう にら	もやし きゅうり にんにく しょうが ほししいだけ ながねぎ	こめ でんぶん ゼリー	あぶら ごま ごまあぶら	692 28.2 22.9 2.9
25	金	ゆでうどん	○	あつやきたまご ★こまつなのマヨネーズあえ にくうどんしる プチたいやき あんこ	ぶたにく あぶらあげ なると たまご ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん えどな こまつな	ほししいだけ ながねぎ コーン	うどん たいやき	マヨネーズ	658 33.8 24.3 4.0
28	月	ふりかえきゅうぎょうび									
29	火	しょうわのひ									
30	水	ひじきごはん	○	とりのからあげ ★いそかあえ こんさいごまじる	とりにく ぶたにく あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう ひじき のり	にんじん ほうれんそう	しょうが にんにく えのき キャベツ ごぼう ながねぎ	こめ でんぶん さといも	あぶら ごま	672 30.5 20.9 3.3

★食材等の都合により、献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

じゅう がく しん きゅう

入学・進級おめでとう

にゅうがく しんきゅう

ご入学・ご進級おめでとうございます。

いろ はな き ほこ なか き ぼう み

色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた

しん ねん ど はじ

新年度が始まりました。みなさんの学校生活が

じゅうじつ ひ び きゅうしゅく とお

より充実したものとなるように、日々の給食を通して

おうえん おも

応援していきたいと思いますので、よろしくおねがい

いたします。



コシヒカリ
1等米

さつま芋

長葱

味 噌
・10日：小松菜汁
・22日：豚汁

学校給食摂取基準(8～9歳の場合)

月平均

エネルギー：650kcal
たんぱく質：21.1～32.5g
脂質：14.4～21.7g
食塩相当量：2.0g未満

669
26.7
22.3
2.9