



令和7年度 4月献立表



伊豆の国市立
韭山中学校

| 日 | 曜 | 献立 (牛乳は毎日つきます) | <赤> おもに体をつくるものになる食品 | | <緑> おもに体の調子を整えるものになる食品 | | <黄> おもにエネルギーのものになる食品 | | エネルギー たんぱく質 脂質% | お知らせ |
|----|---|-------------------|------------------------|--------------|---------------------------|---------------------------|-------------------------|---------|---------------------------|------------|
| | | | たんぱく質 | 無機質 | カロテン | ビタミン | 炭水化物 | 脂質 | | |
| 10 | 木 | お赤飯 | 小豆 | | | | 米 | ごま | 755kcal 31.6g 31.5% | 入学・進級お祝い献立 |
| | | 鶏の照り焼き | 鶏肉 | | | しょうが | | | | |
| | | ほうれん草のごま和え | | | ほうれん草 にんじん | キャベツ | 砂糖 | ごま | | |
| | | 花ふ入りすまし汁 | 豆腐 おふ | | みつば | | | | | |
| | | お祝いクレープ | 豆乳 大豆粉 | | | いちごピューレ レモン果汁 | 米粉 水あめ でん粉 砂糖 | 油 | | |
| 11 | 金 | 麦ご飯 | | | | | 米 麦 | | 771kcal 27.5g 25.2% | |
| | | ポークカレー | 豚肉 | チーズ ヨーグルト | にんじん | にんにく セロリー 玉ねぎ | じゃがいも | 油 | | |
| | | ツナサラダ | マグロフレーク | | | キャベツ きゅうり とうもろこし | 砂糖 | 油 | | |
| | | いちごヨーグルト和え | | ヨーグルト | | みかん パナナ | いちごジャム | | | |
| 14 | 月 | 麦ご飯 | | | | | 米 麦 | | 748kcal 29.4g 25.9% | |
| | | 麻婆豆腐 | 豚肉 豆腐 みそ | | にんじん | 根深ねぎ しょうが にんにく 干し椎茸 | 片栗粉 | 油 ごま油 | | |
| | | ポークパオズ | 豚肉 大豆粉 ホタテ粉 かつお粉 | 昆布粉 | | 玉ねぎ だけのこ キャベツ 椎茸 こんにゃく | 砂糖 でん粉 小麦粉 パン粉 | ごま油 | | |
| | | 中華サラダ | ハム | | | きゅうり もやし | 春雨 砂糖 | ごま油 | | |
| | | みかんゼリー | | | | みかん果汁 | 砂糖 | | | |
| 15 | 火 | 麦ご飯 | | | | | 米 麦 | | 706kcal 37.1g 27.4% | |
| | | 鯖の香味焼き | 鯖 みそ | | | しょうが 根深ねぎ | | ごま油 | | |
| | | つきこんにゃくの炒り煮 | 豚肉 | | にんじん | れんこん 枝豆 こんにゃく | 砂糖 | 油 | | |
| | | けんちん汁 | 鶏肉 豆腐 | | にんじん 小松菜 | ごぼう 大根 根深ねぎ 干し椎茸 こんにゃく | | ごま油 | | |
| | | 清見オレンジ | | | | 清見オレンジ | | | | |
| 16 | 水 | 玄米入り横割り丸パン | | 脱脂粉乳 | | | 小麦粉 砂糖 玄米 | ショートニング | 791kcal 35.8g 38.6% | |
| | | ハンバーグ | 豚肉 卵 | 牛乳 チーズ | | 玉ねぎ | パン粉 | 油 | | |
| | | ほうれん草ソテー | ベーコン | | ほうれん草 | キャベツ とうもろこし | | バター | | |
| | | コーンスープ | | 牛乳 | にんじん | 玉ねぎ とうもろこし | 小麦粉 | バター 油 | | |
| 17 | 木 | 麦ご飯 | | | | | 米 麦 | | 777kcal 32.7g 33.3% | |
| | | 鶏肉の薬味ソースがけ | 鶏肉 | | | にんにく しょうが 根深ねぎ レモン果汁 | 砂糖 片栗粉 | 油 | | |
| | | おかか和え | かつお節 | | 小松菜 | キャベツ もやし | | | | |
| | | 玉ねぎのみそ汁 | 豆腐 油揚げ みそ | | 葉ねぎ | 玉ねぎ | | | | |
| 18 | 金 | わかめご飯 | | わかめ | | | 米 麦 | | 714kcal 28.0g 28.7% | ふるさと給食の日 |
| | | 五色卵 | 鶏肉 豆腐 みそ 卵 | | にんじん グリーンピース | きくらげ | 砂糖 | ごま油 | | |
| | | チンゲン菜の磯香和え | | のり | チンゲン菜 | キャベツ | | ごま油 | | |
| | | さつま汁 | 油揚げ 豆腐 みそ | | 葉ねぎ | ごぼう 大根 | さつまいも | ごま油 | | |
| | | 静岡県産いちごのムース | 豆乳 大豆粉 ゼラチン | 寒天 | | いちごピューレ | 砂糖 でん粉 水あめ | 油 | | |
| 21 | 月 | ソフト麺 | | | | | 小麦粉 | | 730kcal 31.1g 30.4% | |
| | | ミートソース | 豚肉 | チーズ | にんじん トマト | にんにく 玉ねぎ マッシュルーム | 小麦粉 砂糖 | 油 バター | | |
| | | ミモザサラダ | ハム 卵 | | ほうれん草 | キャベツ きゅうり | 砂糖 | 油 | | |
| | | パイナップル | | | | パイナップル | | | | |



献立表は、裏面に続きます



| 日 | 曜 | 献立 (牛乳は毎日つきます) | ＜赤＞ おもに体をつくるものになる食品 | | ＜緑＞ おもに体の調子を整えるものになる食品 | | ＜黄＞ おもにエネルギーのもとになる食品 | | エネルギー たんぱく質 脂質% | お知らせ | |
|----|---|-------------------|------------------------|----------|---------------------------|----------------------|-------------------------|---------------|---------------------------|------|--------|
| | | | たんぱく質 | 無機質 | カロテン | ビタミン | 炭水化物 | 脂質 | | | |
| 22 | 火 | 麦ご飯 | | | | | 米 麦 | | 748kcal 33.7g 32.4% | | |
| | | さばの竜田揚げ | さば | | | しょうが | 砂糖 片栗粉 | 油 | | | |
| | | 納豆和え | 納豆 かつお節 | | 小松菜 にんじん | | | | | | |
| | | じゃがいもとキャベツのみそ汁 | 油揚げ みそ | | チンゲン菜 | キャベツ 根深ねぎ | | じゃがいも | | | |
| 23 | 水 | 背割りロールパン | | 脱脂粉乳 | | | 小麦粉 砂糖 | ショートニング | 731kcal 30.8g 41.3% | | |
| | | 焼きフランク | フランクフルト | | | | 砂糖 | | | | |
| | | 野菜のカレーソテー | | | にんじん 小松菜 | キャベツ | | 油 | | | |
| | | クラムチャウダー | ベーコン 鶏肉 あさり | 牛乳 生クリーム | にんじん | 玉ねぎ マッシュルーム | | じゃがいも 小麦粉 | | | バター 油 |
| 24 | 木 | メキシカンライス | ウインナー | | ピーマン パプリカ | にんにく 玉ねぎ マッシュルーム | 米 | バター | 731kcal 31.1g 34.4% | | |
| | | 鶏肉のマスタードソースかけ | 鶏肉 | | | 玉ねぎ | | 小麦粉 | | | 油 |
| | | ひじきサラダ | ハム | ひじき チーズ | にんじん | もやし | | 砂糖 | | | ごま油 ごま |
| | | コンソメスープ | | | にんじん パセリ | 玉ねぎ | | じゃがいも | | | 油 ごま |
| 25 | 金 | 麦ご飯 | | | | | 米 麦 | | 707kcal 30.9g 28.2% | | |
| | | 椎茸のみそロール | 豚肉 卵 みそ | 牛乳 | にんじん | 玉ねぎ 干し椎茸 | 砂糖 パン粉 | バター | | | |
| | | 小松菜の煮びたし | 油揚げ | | 小松菜 | キャベツ | | 砂糖 | | | |
| | | 若竹汁 | かまぼこ 豆腐 | わかめ | みつ葉 | たけのこ | | | | | |
| | | すりおろしりんごゼリー | | | | りんご りんご果汁 | | 砂糖 | | | |
| 28 | 月 | たけのこご飯 | 鶏肉 油揚げ | | にんじん さやえんどう | たけのこ | 米 | 油 | 704kcal 29.4g 25.1% | | |
| | | ちくわの磯辺揚げ | ちくわ 卵 | あおのり | | | | 小麦粉 | | | 油 |
| | | アーモンド和え | | | 小松菜 にんじん | キャベツ | | 砂糖 | | | アーモンド |
| | | すまし汁 | かまぼこ 豆腐 | わかめ | 葉ねぎ | | | | | | ごま |
| | | 抹茶入り玄米まんじゅう | 小豆 生あん | 寒天 | 抹茶 | | | 玄米 砂糖 水あめ | | | |
| 30 | 水 | フレンチトースト | 卵 | 牛乳 脱脂粉乳 | | | 小麦粉 砂糖 | ショートニング マーガリン | 791kcal 35.8g 38.6% | | |
| | | ハムソテー | ハム | | にんじん ピーマン | キャベツ | | | | | 油 |
| | | 春野菜のカレースープ | 豚肉 | チーズ | にんじん アスパラガス | にんにく 玉ねぎ マッシュルーム 生椎茸 | | じゃがいも | | | 油 |
| | | ヨーグルト | | 乳 寒天 | | ブルーベリー果汁 | | 砂糖 | | | |

※献立は仕入れの都合により一部変更する場合があります。(事前にお知らせします。)

4月給食だより

ご入学・ご進級おめでとうございます。色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。皆さんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思っております。1年間、よろしくお願ひ致します。



葦山中学校の給食

食数：約540食(自校調理方式)
調理業務：シダックス大新東ヒューマンサービス株式会社
(委託) 調理員10名

★みなさんの心と体の成長を願い、安全でおいしい給食が提供できるように頑張ります！心を込めて作るので、残さず食べてもらえるとうれしいです。

学校給食は「食」を学ぶ時間です！



学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 食生活が多くなるとの勤労に支えられていることを理解し、感謝する。
- 伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。