



4月 こんだて表(小学生)



令和7年度 渋川市北部学校給食共同調理場

	主食	飲み物	おかず・その他	〔あか〕体になる		〔みどり〕体の調子を整える		〔きいろ〕熱や力になる		熱量Kcal たんぱく質(g) 食塩(g)
				たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物	脂肪	
8火	ごはん	牛乳	棒餃子 韓国風焼き肉 わかめスープ	とりにく ぶたにく とうふ とりにく	牛乳 わかめ	にんじん にら	しょうが たまねぎ キャベツ しいたけ えのきだけ	ごはん さとう ごむぎこ	ごまあぶら ごま	614 25.8 2.4
9水	食パン いちごジャム	牛乳	野菜コロッケ ツナサラダ 大根とベーコンのスープ	ベーコン ツナ	牛乳	ブロッコリー にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ もやし えのきだけ	パン じゃがいも パンこ ごむぎこ ジャム	あげあぶら あぶら ドレッシング	620 20.1 2.2
10木	ごはん	牛乳	赤魚の白醤油焼き じゃがいものそぼろ煮 春キャベツのみそ汁	あかうお とうふ ぶたにく さつまあげ あぶらあげ	牛乳	にんじん	しょうが たまねぎ だけのこ もやし キャベツ こんにゃく	ごはん じゃがいも さとう でんぶん	あぶら	594 25.9 2.1
11金	ロールパン	牛乳	ハンバーグソースかけ コールスローサラダ ABCスープ	ぶたにく とりにく ベーコン	牛乳	トマト にんじん こまつな	たまねぎ きゅうり コーン	パン さとう じゃがいも マカロニ	あぶら ドレッシング	691 25.0 2.4
14月	ごはん	牛乳	コーンサラダ ポークカレー お祝いさくらゼリー	ぶたにく	牛乳	にんじん ブロッコリー	にんにく たまねぎ コーン	ごはん じゃがいも ゼリー	あぶら ドレッシング	616 18.0 2.2
15火	わかめ ごはん	牛乳	照り焼きチキン きんぴらごぼう 桜かまぼこのすまし汁	とりにく さつまあげ とうふ かまぼこ	牛乳 わかめ	にんじん こまつな いんげん	しょうが ごぼう しいたけ たまねぎ だいたい えのきだけ こんにゃく	ごはん さとう	あぶら ごまあぶら ごま	601 24.6 2.6
16水	ツイスト ロール	牛乳	野菜グラタン まめまめサラダ ミネストローネ	だいす ベーコン おから	牛乳	にんじん トマト	えだまめ キャベツ だいたい きゅうり にんにく たまねぎ	パン じゃがいも マカロニ さとう	あぶら ドレッシング ノンエッグ マヨネーズ	696 20.2 2.0
17木	ごはん	牛乳	にしんの甘露煮 かみなりこんにゃく つみれ汁	にしん とうふ ぶたにく ちくわ かつおぶし とりにく	牛乳	にんじん いんげん	ごぼう だいたい キャベツ ねぎ こんにゃく	ごはん さとう じゃがいも パンこ	ごまあぶら	627 24.8 2.4
18金	背割れ コッペパン	ショア (ブレン)	ウィンナーソースかけ(2本) プチプチサラダ コーンポタージュ	ウィンナー とりにく	牛乳 ショア かんてん	にんじん ハセリ	キャベツ えだまめ コーン	パン さとう	あぶら ドレッシング	572 25.4 2.5
21月	バック ラーメン	牛乳	ポークしょうまい(2個) 中華サラダ 醤油ラーメンスープ	ぶたにく とりにく なると	牛乳 わかめ	にんじん チンゲンサイ	もやし キャベツ にんにく たまねぎ メンマ ねぎ コーン	ちゅうかめん ごむぎこ パンこ	あぶら ドレッシング	571 25.4 3.2
22火	ごはん	牛乳	ホキフライソースかけ 野菜のおかかマヨあえ こしね汁	ホキ かつおぶし ツナ ぶたにく とうふ あぶらあげ	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ しいたけ ねぎ こんにゃく	ごはん ごむぎこ パンこ	あげあぶら あぶら ノンエッグ マヨネーズ	622 25.8 2.3
23水	はちみつ パン	牛乳	ツナオムレツ(▲枝豆フリッター) ごぼうサラダ 春野菜のポトフ	たまご とりにく ウィンナー ツナ	牛乳	にんじん いんげん ハセリ	たまねぎ えだまめ ごぼう きゅうり キャベツ	パン じゃがいも	あぶら ドレッシング	598 25.7 2.1
24木	ごはん	牛乳	焼きかまチーズ 塩ナムル たけのこ入り麻婆豆腐	たら ぶたにく だいす とうふ	牛乳 チーズ	にんじん こまつな にら	もやし だいたい きゅうり しょうが たまねぎ たけのこ ねぎ	ごはん さとう でんぶん	ごまあぶら ドレッシング	643 27.7 2.6
25金	丸パン 横切り	牛乳	メンチカツソースかけ こんにゃくサラダ ワンタンスープ	とりにく ぶたにく なると	牛乳	にんじん こまつな	キャベツ しょうが たまねぎ もやし ねぎ こんにゃく	パン ワンタン こめこ	あぶら ドレッシング	592 25.8 2.7
28月	ごはん	牛乳	グリーンサラダ ハヤシソース ☆ヨーグルト	ぶたにく	牛乳 ヨーグルト	にんじん トマト ブロッコリー	たまねぎ しめじ グリーンピース キャベツ きゅうり えだまめ	ごはん	あぶら ドレッシング	649 21.8 2.5
30水	バター ロール	牛乳	チキンナゲット(2個) イタリアンサラダ ペネポロネーゼ	とりにく ぶたにく だいす	牛乳	にんじん トマト ハセリ	キャベツ きゅうり こんにゃく にんにく たまねぎ しめじ	パン マカロニ パンこ	あぶら ドレッシング	645 26.1 2.1

●は渋川産を使う予定です。 ☆は業者配送です。

▲はアレルギー対応食です。 ◆には配食用手袋がつかます。

※郷土料理は太字になっています。

※材料の都合で献立が変わることがあります



渋川市ホームページで献立カレンダーを掲載しています。ぜひ、ご覧下さい。



みなさんが、安心して給食を食べられるように、心を込めて美味しい給食作りに努めていきます。1年間、よろしくお願い致します。



※栄養価は、八訂成分表で計算しています。