



4月 こんだて表(中学校)



令和7年度 渋川市東部学校給食共同調理場

日・曜日	主 食	の み 物	おかず・その他	体をつくるもとになる食品		体の調子を整えるもとになる食品		エネルギーのもとになる食品		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	脂質	
7月	始業式・入学式のため給食はありません									
8火	ごはん	牛乳	いわしの生姜煮 肉じゃが もやしと油あげのみそ汁	いわし ぶたにく あぶらあげ	牛乳	にんじん	しょうが たまねぎ じゃがべつ えのきたけ	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	772 29.7 2.4
9水	コッペパン	牛乳	FMコーングラタン 春キャベツのサラダ ポークビーンズ	だいす ハム ぶたにく	牛乳	にんじん トマト	コーン きゅうり きゃべつ もやし にんにく たまねぎ しめじ	パン じゃがいも こめこ さとう	ドレッシング あぶら	772 28.5 3.2
10木	ごはん のりふりかけ	牛乳	FM甘酢肉団子(2ヶ) じゃがいもとひじきの煮物 豆腐チゲスープ	かつおぶし とりにく ぶたにく しょうが きゅうにく さつまあげ とうふ	牛乳 のり ひじき	にんじん	たまねぎ りんご しいたけ にんにく しょうが にんにく だいこん えのきたけ はくさい きゃべつ ねぎ	ごはん じゃがいも さとう	あぶら こまあぶら	776 27.1 4.3
11金	カレーライス (麦ごはん)	牛乳	だいこんサラダ ポークカレー	ツナ ぶたにく	牛乳	にんじん	だいこん もやし きゅうり コーン にんにく しょうが たまねぎ	むぎごはん じゃがいも でんぶん こめこ	ドレッシング あぶら	835 24.7 2.5
14月	ミルクパン	牛乳	ハンバーグトマトソース グリーンサラダ 豆乳コーンスープ	ぶたにく とりにく ベーコン とうにゅう	牛乳	トマト こまつな にんじん	たまねぎ にんにく りんご きゃべつ もやし きゅうり コーン	パン さとう じゃがいも でんぶん	あぶら ドレッシング	816 32.2 3.8
15火	五目うどん (☆バックうどん)	牛乳	※うどんの汁は残しましょう。食塩のとり過ぎになります。 竹輪の磯辺揚げ(2ヶ) 白滝のごま和え 五目うどんの汁	ちくわ ぶたにく さつまあげ なると あぶらあげ	牛乳 あおのり	こまつな にんじん チゲソウ	きゃべつ もやし しらたき しいたけ ねぎ	うどん でんぶん さとう	あげあぶら こま	785 31.4 4.7
16水	ブランコッペ	牛乳	プレーンオムレツ(▲ウインナー) イタリアンサラダ ブラウンシチュー	たまご ぶたにく	牛乳	にんじん トマト	きゅうり コーン もやし きゃべつ にんにく たまねぎ しめじ	パン じゃがいも さとう でんぶん こめこ	ドレッシング あぶら	805 31.5 2.8
17木	赤飯 ごましお	牛乳	鶏肉のから揚げ 香味漬け すまし汁 お祝いいちごゼリー	とりにく とうふ かまぼこ	牛乳	にんじん こまつな	しょうが にんにく きゃべつ もやし たくあん しいたけ たまねぎ	せきはん でんぶん いちごゼリー	ごま あげあぶら	800 31.3 2.2
18金	味噌だれ焼肉丼 (ごはん)	牛乳	味噌だれ焼肉丼の具 チンゲン菜のスープ	ぶたにく かまぼこ とうふ	牛乳	にんじん にら チゲソウ	たまねぎ しらたき もやし だいこん コーン えのきたけ ねぎ	ごはん さとう	あぶら こま こまあぶら	774 31.5 3.0
21月	小型ロールパン	牛乳 ミルメーク	FMチキンナゲット(2ヶ) ペンのミートソース和え (▲米粉マカロニのミートソース和え) 春野菜のスープ	とりにく だいす ぶたにく ベーコン	牛乳	にんじん トマト	にんにく たまねぎ しめじ セロリ だけのこ きゃべつ コーン	パン こめこ さとう ペンネ じゃがいも ひよこめ ミルメーク	あぶら	789 31.4 3.1
22火	奈良県の郷土料理「吉野汁」です。			さば ぶたにく さつまあげ とりにく あぶらあげ	牛乳	にんじん	ごぼう にんにく たまねぎ だいこん しいたけ ねぎ	ごはん さとう さといも でんぶん	あぶら こまあぶら こま	785 33.9 3.2
23水	醤油ラーメン (☆バックラーメン)	牛乳	※ラーメンの汁は残しましょう。食塩のとり過ぎになります。 彩り焼売(▲竹輪のから揚げ) 春雨サラダ 醤油ラーメンスープ	たら ハム ぶたにく なると	牛乳	にんじん チゲソウ	きゃべつ たけのこ きゅうり もやし にんにく しょうが たまねぎ ねぎ	ラーメン パンこ こむぎこ はるさめ さとう	こまあぶら あぶら	776 27.8 4.1
24木	ハヤシライス (麦ごはん)	ジョア (プレーン)	まめまめサラダ ハヤシソース	だいす ぶたにく	ジョア	にんじん トマト	えだまめ コーン きゃべつ きゅうり にんにく たまねぎ しめじ	むぎごはん でんぶん こめこ	ドレッシング あぶら	779 26.3 2.5
25金	ごはん	牛乳	お魚君かまぼこ もやしと小松菜のサラダ マーボー豆腐	すりみ ぶたにく だいす とうふ	牛乳	こまつな にんじん にら	コーン えだまめ もやし しょうが にんにく だけのこ ねぎ	ごはん さとう でんぶん	あげあぶら ドレッシング あぶら こまあぶら	773 28.8 2.7
28月	食パン	牛乳	キャベツと大豆のソースメンチ ごぼうサラダ ミネストローネ	とりにく だいす ぶたにく ベーコン	牛乳	にんじん トマト こまつな	きゃべつ ごぼう きゅうり コーン にんにく セロリ たまねぎ	パン さとう じゃがいも	ドレッシング	797 30.0 3.6
30水	黒パン	牛乳	鶏肉の香味焼き 津久田っ子サラダ 豆乳クラムチャウダー	とりにく ツナ ベーコン あさり とうにゅう	牛乳	ブロッコリー パプリカ にんじん	しょうが にんにく きゅうり コーン ごんにゃく しめじ たまねぎ	パン さとう じゃがいも でんぶん	ドレッシング あぶら	809 35.8 3.1

☆は業者配送です。 ◆には配食用手袋がつきます。

※栄養価は、八訂成分表で計算しています。

▲は、小麦・乳・卵対応食です。 FMとは、乳・卵・小麦不使用マークです。 ※ 材料の都合により献立が変更になることがあります。



令和7年度も安全でおいしい給食づくりを

モットーに力を合わせて頑張ります。

JA赤城たちばなの協力により地域の農産物を使用しています。

1年間どうぞよろしくお願いいたします。

お知らせ

渋川市のホームページで毎日の給食の

写真を掲載しております。市のホームページや

右記の2次元コードからも見るができます。

渋川市の給食レシピを公開しています。



「東部給食カレンダー」
2次元コード

「給食レシピ」
2次元コード

