

令和7年度

4月給食献立予定表

野木町立野木中学校

給食目標  
「正しい食事のマナーを  
身につけよう」

| 主に体の組織をつくる食品群 |     | 主に体の調子を整える食品群 |       | 主にエネルギーになる食品群 |    | エネルギー<br>Kcal     |
|---------------|-----|---------------|-------|---------------|----|-------------------|
| 1群            | 2群  | 3群            | 4群    | 5群            | 6群 |                   |
|               |     |               |       |               |    | たんぱく質<br>脂質<br>塩分 |
| たんぱく質         | 無機質 | カロテン          | ビタミンC | 炭水化物          | 脂質 |                   |

| 曜日                | 献立名                                  | たんぱく質                                | 無機質    | カロテン             | ビタミンC                       | 炭水化物                                    | 脂質            | エネルギー<br>Kcal |  |
|-------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------|------------------|-----------------------------|---|---------------|---------------|--|
| <b>入学・進級お祝い献立</b> |                                      |                                      |        |                  |                             |   |               |               |  |
| 9<br>(水)          | 赤飯(ごま塩)                              | 小豆                                   |        |                  |                             | もち米 米                                   | ごま            | 840           |  |
|                   | 牛乳                                   |                                      | 牛乳     |                  |                             |   |               | 30.4          |  |
|                   | 鶏肉の唐揚げ<br>うどのきんぴら<br>はんぺんのすまし汁       | 鶏肉                                   |        | 人参 いんげん<br>ほうれん草 | 生姜<br>うど<br>えのきたけ           | でんぶん<br>こんにやく 砂糖<br>でんぶん 山芋             | 油<br>ごま ごま油   | 24.1<br>2.6   |  |
| 10<br>(木)         | 黒パン                                  |                                      |        |                  |                             | パン 黒砂糖                                  |               | 823           |  |
|                   | 牛乳                                   |                                      | 牛乳     |                  |                             |   |               | 31.0          |  |
|                   | 鶏肉と野菜のクリーム煮<br>こんにやくサラダ<br>お祝いいちごゼリー | 鶏肉                                   | 牛乳 チーズ | 人参 フロッコリー        | 玉ねぎ しめじ<br>キャベツ きゅうり<br>コーン | じゃがいも マカロニ<br>小麦粉<br>こんにやく<br>砂糖 水あめ    | バター<br>ドレッシング | 21.5<br>3.3   |  |
| 11<br>(金)         | ドライカレー                               | 豚肉 牛肉                                |        | 人参               | 玉ねぎ ブルーン<br>グリーンピース         | 米 カレールウ                                 | 油 バター         | 825           |  |
|                   | 牛乳                                   |                                      | 牛乳     |                  |                             |   |               | 28.9          |  |
|                   | 春キャベツのスープ<br>県産ヨーグルト                 | ★ベーコン                                | ヨーグルト  | 人参               | キャベツ 玉ねぎ                    |   |               | 23.4<br>2.3   |  |
| 14<br>(月)         | ご飯                                   |                                      |        |                  |                             | 米                                       |               | 831           |  |
|                   | 牛乳                                   |                                      | 牛乳     |                  |                             |   |               | 28.5          |  |
|                   | あじカツ(きゃべつ・ソース)<br>ひじきの炒り煮<br>豚汁      | あじ スケソウダラ<br>豆腐<br>さつまあげ<br>豚肉 豆腐 みそ | ひじき    | 人参<br>人参         | キャベツ 玉ねぎ<br>ごぼう 大根 葱        | パン粉 砂糖<br>小麦粉 でんぶん<br>砂糖<br>じゃがいも こんにやく | 油<br>油<br>油   | 22.1<br>2.9   |  |
| 15<br>(火)         | ご飯                                   |                                      |        |                  |                             | 米                                       |               | 875           |  |
|                   | 味付けのり                                |                                      | のり     |                  |                             |   |               | 33.9          |  |
|                   | 牛乳                                   |                                      | 牛乳     |                  |                             |   |               | 26.3          |  |
| 16<br>(水)         | 麻婆豆腐                                 | 豚肉 豆腐 みそ                             |        | 人参               | しょうが にんにく<br>玉ねぎ 葱          | 砂糖 でんぶん                                 | 油             | 2.7           |  |
|                   | パンサンスー                               | ★ベーコン                                |        | 人参               | きゅうり もやし                    | 春雨 砂糖                                   | ごま ごま油        |               |  |
|                   | ご飯                                   |                                      |        |                  |                             | 米<br>砂糖                                 | ごま            | 785<br>33.2   |  |
| 17<br>(木)         | 手作りじゃこふりかけ                           | かつお節                                 | じゃこ 昆布 |                  |                             |   |               | 21.0          |  |
|                   | 牛乳                                   |                                      | 牛乳     |                  |                             |   |               | 3.1           |  |
|                   | 鶏肉の七味焼き<br>具だくさんみそ汁                  | 鶏肉<br>みそ 豆腐                          |        | 小松菜              | 生姜 葱 にんにく<br>大根 葱           | じゃがいも                                   | ごま ごま油<br>油   |               |  |
| 18<br>(金)         | 米粉パン                                 |                                      |        |                  |                             | 米粉パン                                    |               | 769           |  |
|                   | 牛乳                                   |                                      | 牛乳     |                  |                             |   |               | 32.2          |  |
|                   | ナポリタン                                | 豚肉                                   | 粉チーズ   | 人参 ビーマン<br>トマト   | 玉ねぎ しめじ                     | スパゲッティ                                  | 油             | 23.8          |  |
| 18<br>(金)         | ジュリエヌスープ                             | ★ベーコン                                |        | 人参 さやえんどう        | 玉ねぎ キャベツ<br>セロリ             |   |               | 3.7           |  |
|                   | <b>のぎ地産地消の日献立</b>                    |                                      |        |                  |                             |   |               |               |  |
|                   | ご飯                                   |                                      |        |                  |                             | 米                                       |               | 822           |  |
| 牛乳                |                                      | 牛乳                                   |        |                  |                             |   | 33.0          |               |  |
| いわしのごま味噌煮         | いわし みそ                               |                                      |        |                  |                             | 砂糖 米粉                                   | ごま            | 24.8          |  |
| たけのこのおかか炒め        | 鶏肉 かつおぶし                             |                                      |        | 人参 さやえんどう        | たけのこ                        | こんにやく 砂糖                                | 油             | 2.7           |  |
| にらのかきたま汁          | 卵 豆腐                                 |                                      |        | にら               |                             | でんぶん                                    |               |               |  |



毎月18日は、のぎ地産地消の日です。

**ご入学・ご進級おめでとうございます**



春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生の皆さんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。今年度も引き続き、感染予防対策を取りながらの給食時間となりますが、皆さんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りに努めていきます。1年間よろしくお願ひ致します。