



令和7年 4月

こんだてひょう



鴨川市学校給食センター

に ち	よ う	こんだてめい	おもなざいりょうとはたらき			学 年	えいようりょう			
			エネルギーとなる	体をつくる	体の調子を整える		エネルギー Kcal	たんぱく質 g	しつ g	しょくえん g
8	火	テーブルロールパン ハムサラダフライ なばなサラダ はるさめスープ	パン あぶら じゃがいも はるさめ ごま	牛乳 ハム なたと とうふ	にんじん キャベツ コーン なばな しいたけ たまねぎ ほうれんそう えのきたけ	小	613	19.9	25.9	3.3
			中	757	23.7	32.3	4.4			
9	水	ごはん さばカレーやき あつあげのちゅうかに ごまこんぶ	こめ あぶら さとう ごま でんぷん	牛乳 さば ぶたにく あつあげ こんぶ	にんじん たまねぎ たけのこ キャベツ チンゲンサイ しいたけ	小	639	25.5	25.2	2.0
			中	851	33.1	32.6	2.6			
10	木	コッペパン いちごジャム スタミナチキン ほうれんそうソテー コーンスープ	パン ジャム あぶら バター ルウ	牛乳 とりにく ハム	ほうれんそう エリンギ コーン たまねぎ にんにく	小	721	29.2	25.9	3.2
			中	899	35.6	30.7	4.2			
11	金	ごはん ハンバーグ ツナサラダ ABCスープ おいおいクレープ	こめ あぶら さとう クレープ マカロニ	牛乳 とりにく ぶたにく ツナ	にんじん キャベツ きゅうり ブロッコリー たまねぎ コーン レモン	小	674	22.4	23.4	2.1
			中	859	28.5	27.6	2.7			
14	月	ごはん とりそぼろ こまつなのオイスターいため とうにゅうプリン	こめ あぶら さとう プリン	牛乳 とりにく たまご ぶたにく	にんじん こまつな もやし しめじ えだまめ しょうが にんにく	小	626	25.6	22.1	1.9
			中	804	32.3	26.8	2.5			
15	火	コッペパン チョコクリーム さけのなかおちフライ ポテトソテー キャベツスープ	パン あぶら チョコクリーム じゃがいも	牛乳 さけ ウィナー とりにく	にんじん たまねぎ コーン グリーンピース キャベツ チンゲンサイ えのきたけ	小	672	23.5	26.1	3.1
			中	796	27.3	28.7	3.8			
16	水	ごはん めばるさいきょうやき にくじゃが ほねぶとふりかけ	こめ あぶら じゃがいも さとう ごま	牛乳 かつおぶし めばる ぶたにく みそ ひじき	にんじん たまねぎ こんにゃく	小	729	24.3	13.3	1.4
			中	980	31.7	15.4	1.9			
17	木	こくとうパン オムレットマトソース はるさめサラダ にくだんごスープ	パン さとう はるさめ ごま	牛乳 たまご とりにく	にんじん たまねぎ トマト もやし キャベツ きゅうり チンゲンサイ えのきたけ	小	604	21.5	24.2	2.8
			中	791	27.3	30.9	3.8			
18	金	わかめごはん いかメンチカツ ごまあえ とんじる	こめ あぶら パンこ ごま さとう さとも	牛乳 あぶらあげ いか わかめ みそ ぶたにく とうふ	にんじん ほうれんそう もやし キャベツ ごぼう だいこん こんにゃく ねぎ	小	603	23.2	19.7	2.6
			中	790	29.4	23.5	3.4			
21	月	ごはん ぼうぎょうざ マーボーどうふ ひじきのり ヨーグルト	こめ あぶら こむぎこ でんぷん	牛乳 ぶたにく とうふ ヨーグルト のり	にんじん たまねぎ ねぎ しいたけ たけのこ いら にんにく しょうが	小	635	25.5	18.3	2.0
			中	779	29.7	20.4	2.3			
22	火	コッペパン りんごジャム ハムチーズピカタ チリコンカン コンソメスープ	パン ジャム マカロニ バター じゃがいも	牛乳 ハム だいた たまご ウィナー チーズ ぶたにく	にんじん たまねぎ エリンギ パセリ トマト	小	649	27.7	23.0	3.3
			中	833	35.5	28.8	4.5			
23	水	むぎごはん チキンカレー かいそうサラダ ふくじんづけ	こめ むぎ ルウ じゃがいも あぶら	牛乳 とりにく かいそう	にんじん たまねぎ コーン グリーンピース こんにゃく きゅうり ふくじんづけ	小	616	19.1	17.2	3.6
			中	796	23.4	20.1	4.5			
24	木	セルフドッグ(コッペパン・ウィナー) にらいため まめのクリームスープ	パン さとう じゃがいも バター こめこ	牛乳 いんげんまめ ウィナー チーズ ぶたにく ベーコン	にんじん しめじ もやし キャベツ たまねぎ いら エリンギ コーン パセリ	小	630	26.8	28.0	2.7
			中	808	33.7	34.8	3.5			
25	金	ごはん いかレモンに だいたのいそに とうふとわかめのみそしる	こめ あぶら でんぷん さとう	牛乳 さつまあげ いか ぶたにく ひじき とうふ みそ	にんじん いんげん たまねぎ ねぎ レモン	小	611	28.2	18.7	2.3
			中	796	36.7	22.0	3.0			
28	月	ごはん とりにくのごまみそやき かんこくふうのり ぶたにくとさとものいために いちごゼリー	こめ あぶら さとう ごま さとも ゼリー	牛乳 あげボール とりにく ぶたにく みそ のり	にんじん だいた こんにゃく えだまめ しいたけ にんにく しょうが	小	704	26.6	21.5	1.7
			中	892	32.3	24.9	2.2			
30	水	ごはん ぶたにくのしょうがに かみかみサラダ あおのりござかな	こめ あぶら さとう ごま	牛乳 ぶたにく ござかな	にんじん たまねぎ コーン こんにゃく いんげん ごぼう きゅうり えだまめ	小	616	28.1	20.7	1.8
			中	791	34.3	24.6	2.2			

◎ぎゅうにゅうは、まいにちつきます。
*材料の都合により、献立を変更することがあります。



きじゅんえいようりょう				
小	650	21.2~ 32.5	14.5~ 21.6	2.0 未満
中	830	27.0~ 41.5	18.5~ 27.6	2.5 未満
4月のへいきんえいようりょう				
小	646	24.8	22.0	2.5
中	826	30.9	26.5	3.2

《給食費について》

小学生 4,600円
中学生・職員 5,200円

《給食費についてのお願い》

給食費はすべて給食の食材料費として使用しております。また、完納されることを前提に献立を設定し、子どもたちの栄養管理を行っております。給食費の滞納が無く、学校給食が適切に実施されるよう、保護者皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



※4月分の給食費口座引き落としは、**6月2日(月)**です。
5月分と一緒に引き落とされます。
口座の残高確認をお願いいたします。

