



4月学校給食予定献立表





毎月19日「食育の日」
20日「美味しおDay」

9日「入学・進級お祝い給食」



今月の目標 ～給食の準備や片付けをしっかりとしよう～

いよいよ新学期が始まります。ご入学・ご進級おめでとうございます！今年度も、子どもたちの心身の健康のため
安心・安全でおいしい給食の提供に取り組んでいきます。ご理解とご協力を、よろしくお願いいたします。

●の日はスプーンを持ってきてください。



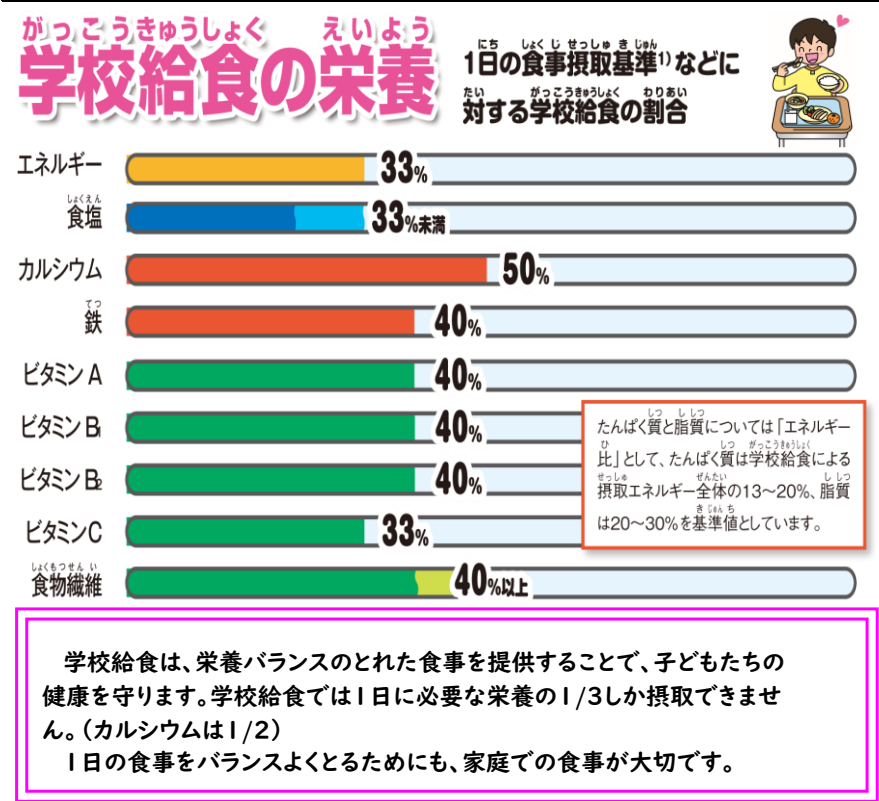
令和7年度

かわち学園

日	曜	ス プ ー ン	献立名	主な食品名				調味料 その他	1～3年	4～6年	7～9年	
				おもに体を作る食品		おもに体の調子を整える食品			エネルギー(kcal)			
				1群	2群	3群	4群		5群	6群		
7	月		ごはん					ごはん				
			牛乳		牛乳							
			ハンバーグのデミグラスソース	とり肉 ぶた肉			たまねぎ	さとう でんぶん じゃがいも	豚脂	デミグラスソース ケチャップ 塩 ウスターソース 赤ワイン コショウ	552 19.4	
			イタリアンサラダ	ベーコン		にんじん	キャベツ きゅうり			イタリアンドレッシング	694 24.0	
			アルファベットのスープ	とり肉		にんじん	たまねぎ はくさい	マカロニ		コンソメ 塩 コショウ	832 28.6	
8	火		みそラーメン（中華麺 ・みそラーメンの汁）	ぶた肉		にんじん にら	たまねぎ もやし はくさい キャベツ とうもろこし にんにく しょうが		中華めん	みそラーメンスープの素 塩 コショウ	539 19.0	
			牛乳		牛乳						714 24.3	
			春巻き			にんじん	キャベツ たまねぎ	はるさめ でんぶん さとう 小麦粉	豚脂 米油	しょうゆ 塩	834 28.0	
			中華サラダ	とり肉	くらげ	にんじん	もやし きゅうり だいこん とうがらし	さとう でんぶん	ごま油 ごま	酢 しょうゆ 塩		
9	水	●	【入学・進級お祝い献立】 1年生の入学と在校生の進級をお祝いした献立です。									
			ごはん					ごはん				
			牛乳		牛乳							
			鶏肉のから揚げ	とり肉			しょうが にんにく	でんぶん	米油	酒 しょうゆ	713 25.3	
			ざくざくキャベツ			にんじん	キャベツ		ごま油	しょうゆ	818 27.4	
			お祝いすまし汁	なると とうふ		ほうれんそう	ねぎ しいたけ			塩 しょうゆ かつおだし	975 34.5	
			お祝いゼリー	豆乳			いちご	さとう				
10	木		【旬の献立】 たけのこの旬は3月～4月です。たけのこには、腸内環境を整える働きがある食物せんいが豊富に含まれています。									
			ごはん					ごはん				
			牛乳		牛乳						551 25.9	
			さばの塩焼き	さば						塩	675 31.2	
			たけのこのおかか煮	ちくわ とり肉 かつお節		にんじん	たけのこ	こんにやく さとう	米油	しょうゆ かつおだし	770 34.0	
			なめこのみそ汁	とうふ みそ			なめこ ねぎ			かつおだし		
11	金	●	ポークカレーライス（ごはん ・ポークカレー）	ぶた肉		にんじん トマト	にんにく しょうが たまねぎ	じゃがいも	米油	カレールー コンソメ ウスターソース ケチャップ	587 16.0	
			牛乳		牛乳						721 18.7	
			海藻サラダ		わかめ こんぶ		キャベツ きゅうり			オリーブとたまねぎドレッシング	847 21.2	
			フルーツジュレ				ナタデココ みかん 黄桃 りんご果汁					
14	月	●	ごはん					ごはん				
			牛乳		牛乳							
			餃子	とり肉 ぶた肉		にら	キャベツ たまねぎ	小麦粉 でんぶん さとう	豚脂 ごま油	塩 酒 オイスターソース しょうゆ	606 23.4	
			野菜ナムル			こまつな にんじん	もやし		ごま ごま油	しょうゆ オイスターソース コショウ	719 27.1	
			麻婆豆腐	とうふ ぶた肉 みそ		にんじん	ねぎ たまねぎ しいたけ しょうが にんにく	さとう でんぶん	米油 ごま油	トウバンジャン しょうゆ	880 32.4	
15	火		ごはん					ごはん				
			納豆	納豆						しょうゆ からし		
			牛乳		牛乳						607 31.1	
			煮魚	赤魚			しょうが	さとう		しょうゆ みりん 酒	713 34.0	
			しょうがあえ			にんじん	もやし きゅうり しょうが			かつおだし しょうゆ		
			豚汁	ぶた肉 とうふ みそ		にんじん こまつな	ごぼう だいこん ねぎ	こんにやく	米油	酒 かつおだし		
16	水		きつねうどん（ソフト麺 ・きつねうどんの汁）	とり肉 油揚げ なると		にんじん ほうれんそう	だいこん ねぎ	さとう		酒 しょうゆ かつおだし 塩	558 22.1	
			牛乳		牛乳						770 30.1	
			ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	あおさ			小麦粉	米油	酢 塩	872 33.8	
			ごぼうサラダ			にんじん	ごぼう	さとう		しょうゆ 酢 ごまドレッシング		
17	木		【日本味めぐり～広島県～】 今月は広島県の郷土料理『呉の肉じゃが』です。じゃがいもにメークインを使用するのが特徴です。									
			いりこ菜めし	かつお節	しらす こんぶエキス	広島菜 京菜 だいこんの葉		ごはん さとう でんぶん	ごま	塩	668 27.3	
			牛乳		牛乳						780 30.2	
			ねぎ塩チキン	とり肉			しょうが にんにく ねぎ		ごま油	塩こうじ 鶏がらだし 塩	913 37.1	
			呉の肉じゃが	ぶた肉			たまねぎ	じゃがいも しらたき さとう	米油	しょうゆ みりん かつおだし		
			キャベツのみそ汁	油揚げ みそ		にんじん	キャベツ しめじ たまねぎ ねぎ			かつおだし		
18	金		ごはん					ごはん				
			牛乳		牛乳							
			チキンカツのトマトソース	とり肉	生クリーム チーズ		たまねぎ しめじ	パン粉 小麦粉 さとう でんぶん	米油	エスバニョールソース ウスターソース ケチャップ 塩 コショウ	590 23.7	
			ビーンズサラダ	だいず	ひじき	にんじん	もやし きゅうり とうもろこし えだまめ	さとう	ごま	しょうゆ 和風ドレッシング	703 26.7	
			根菜豆乳スープ	ぶた肉 豆乳		にんじん ほうれんそう	れんこん ごぼう だいこん			鶏がらだし 塩 コショウ	836 31.3	

日	曜	ス プ リ ン	献立名	主な食品名						調味料 その他	1～3年	4～6年	7～9年		
				おもに体を作る食品		おもに体の調子を整える食品		おもに熱や力のもとになる食品			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)			
				1群	2群	3群	4群	5群	6群						
21	月	●	ビビンバ(ごはん					ごはん			543 24.4	673 29.5	804 34.5		
			・ビビンバの具)	ぶた肉		にんじん こまつな	もやし しょうが にんにく	さとう	ごま ごま油	しょうゆ 酒 トウバンジャン					
			発酵乳(いちご)		脱脂粉乳		いちご	さとう							
			花野菜のサラダ	とり肉		ブロッコリー	カリフラワー とうもろこし	でんぶん		サウザンアイランドドレッシング 塩					
			ミネストローネ	とり肉		にんじん トマト	たまねぎ キャベツ セロリ にんにく	マカロニ じゃがいも	米油	コンソメ コショウ					
22	火		ごはん					ごはん			563 25.3	692 30.4	810 34.9		
			牛乳		牛乳										
			豚肉の生姜焼き	ぶた肉			しょうが にんにく たまねぎ りんご果汁	さとう	米油 ごま油 ごま	酒 しょうゆ 塩 酢					
			ポテトサラダ	ハム		にんじん	きゅうり	じゃがいも		クリーミードレッシング コショウ					
			豆腐とわかめのみそ汁	とうふ みそ	わかめ		ねぎ しめじ			かつおだし					
23	水	●	【旬の献立】 さわらは春に多く水揚げされることから、春告げ魚として昔から親しまれてきました。さわらは漢字で魚へんに春と書きます。⇒「鯖」										577 23.8	697 26.6	813 30.6
			ごはん					ごはん							
			牛乳		牛乳										
			さわらのレモン煮	さわら			レモン果汁	でんぶん さとう	米油	酒 しょうゆ					
			ひじきの炒め煮	とり肉 さつま揚げ	ひじき	にんじん	えだまめ	こんにやく さとう	米油	酒 みりん しょうゆ					
			若竹汁	かつお節	わかめ	さやえんどう にんじん	たけのこ			塩 しょうゆ 酒 かつおだし					
24	木	●	ごはん					ごはん			576 24.4	690 28.1	836 33.8		
			牛乳		牛乳										
			シュウマイ	ぶた肉			たまねぎ しょうが	パン粉 でんぶん さとう 小麦粉		塩					
			オーシャンサラダ	たら		にんじん	キャベツ きゅうり	さとう でんぶん	マヨネーズ(卵なし)	塩 コショウ					
			八宝菜	ぶた肉 厚揚げ いか		にんじん こまつな	はくさい たまねぎ たけのこ しょうが きくらげ	でんぶん	米油	しょうゆ オイスターソース 酒 塩 コショウ 鶏がらだし					
25	金	●	きなこ揚げパン	きなこ				コッペパン さとう	米油	塩	580 22.1	674 25.1	758 27.3		
			牛乳		牛乳										
			キッシュ	卵 ベーコン	チーズ 牛乳		たまねぎ	じゃがいも さとう でんぶん		酢 塩					
			ブロッコリーのサラダ	ハム		ブロッコリー	きゅうり			オリーブとたまねぎドレッシング					
			コーンポタージュ	とり肉	牛乳 生クリーム	パセリ	たまねぎ とうもろこし			ベシヤメルソース ポタージュ 塩 コショウ コンソメ					
26	土	●	ハヤシライス(ごはん					ごはん			608 23.3	727 26.6	846 29.9		
			・ハヤシシチュー)	ぶた肉		にんじん トマト	にんにく たまねぎ マッシュルー ム	じゃがいも	米油	ハヤシフレーク ケチャップ コンソメ					
			牛乳		牛乳										
			キャベツのサラダ	ツナ(まぐろ)		にんじん	キャベツ きゅうり カリフラワー			しょうゆドレッシング					
30	水		ヨーグルト		ヨーグルト						565 19.1	666 22.1	789 25.6		
			カレーパン					小麦粉 さとう	マーガリン	カレールウ イースト					
			牛乳		牛乳										
			野菜のマリネ				ブロッコリー とうもろこし 赤たまねぎ レモン果汁	さとう	米油	酢 塩					
			ナポリタン	ウィンナー ベーコン		にんじん 青ピーマン トマト	たまねぎ エリンギ	スパゲティ さとう	オリーブ油	ケチャップ デミグラスソース コンソメ ウスターソース					
4月の平均栄養摂取量				1～3年				4～6年				7～9年			
エネルギー(kcal)				587				713				837			
脂質(g)				16.9				20.5				23.4			
食塩相当量(g)				1.74				2.04				2.54			

*材料等の都合により変更することがあります。



家庭とつながる学校給食

食育は学校だけでなく全てを行うことはできません。よい食べ方や食べる力を身に付けるために、ご家庭でも以下の点に気を配っていただけますようお願いいたします。

今日の給食について話そう

献立表をご家庭の見やすい場所に
貼り出してぜひ毎日話題にしてください。

給食メニューを
ご家庭の食事に！

献立や食べた乾燥を開いてあげて
ください。気になったレシピは栄養
教諭までお尋ねください。

ご家庭での食卓では…

食べ物は多くの人の手で食卓に届き、料理
も食べる人のことを思って作られます。
食べる大切さを話してあげてください。

子どもが苦手なもの、大人が
おいしそうに食べる姿を見せる
など食育ではとても大切です。

食べることに集中できる時間を

給食の時間は決まっています。
「ながら食べ」を避け、食べることに集中で
きる雰囲気づくりを心がけてください。

お手伝いは積極的に

給食では当番の活動があります。学校で
身につけた力を定着させていくためにも
お手伝いを積極的にさせてあげてください。

学校給食は生きた教材です！

学校給食には、望ましい食習慣を身に付けるための教材としての役割があります。給食の時間は、食事の大切さ、心身の健康、食品を選ぶ力、感謝の心、社会性、そして食文化などを学ぶ食育の時間です。

令和7年度も給食室一同
安全・安心で、おいしい給食の実施に努めてまいります。