

給食だより

令和7年
4月号



ご入学・ご進級おめでとうございます。色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。みなさんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思います。1年間、よろしくお願い致します。

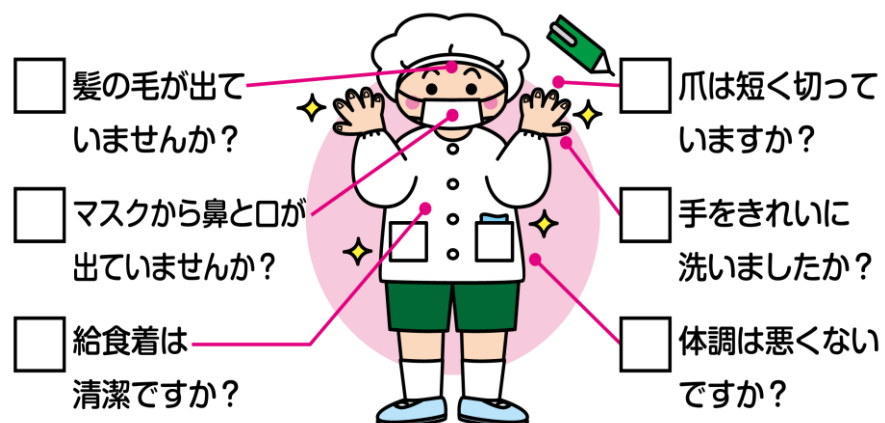
給食時間の過ごし方

全員が安心して、楽しく給食を食べられるよう、一人一人が安全や衛生に気をつけることが大切です。また、給食は決められた時間内に食べ終えなくてはなりませんので、食べるための時間をしっかり確保できるように、協力して準備を行いましょう。

給食の前に、必ず手をきれいに洗いましょう。

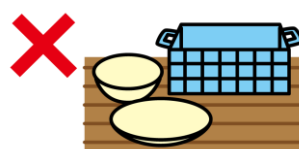


給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。



熱いものや重たいものは一人で運ばずに、協力して運びましょう。

食器のカゴや食缶は、床に置いてはいけません。



★21日(月)はふるさと給食の日★

ごはん
米…吉野川市産
牛乳…四国産
さわらの照り焼き

たけのこのうま煮
たけのこ…徳島県産
にんじん…吉野川市産
ごまあえ
にんじん…吉野川市産
のりふりかけ

令和7年

4月分献立予定表



吉野川市学校給食センター

日	曜日	こんだてめい			しょくひんめい(ざいりょうめい)						えいようか 上段・小学校中学年 下段・中学校		
		しゅしょく つけるもの	牛乳	お か ず	血や肉や骨になるもの		体の調子を整えるもの		働く力や熱になるもの		エネルギー (kcal)	たんぱく 質 (g)	脂質 (g)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群			
9	水	ごはん	牛乳	肉じゃが わかめのすのもの こくとうまめ	牛肉 こくとうまめ	牛乳 わかめ	にんじん	こんにやく たまねぎ キャベツ きゅうり すだち	米 さとう じゃがいも	あぶら	617 726	19.7 22.9	13.9 15.3
10	木	あげパン	牛乳	肉だんごはくさいのスープ かぼちゃのサラダ ノンエッグマヨネーズ	肉だんご ポークハム	牛乳	にんじん かぼちゃ	しいたけ はくさい きゅうり コーン	コッペパン さとう はるさめ	あぶら ノンエッグ マヨネーズ	620 707	20.2 23.0	25.9 28.1
11	金	わかめ ごはん	牛乳	ますのおやき こんぶあえ きんぴらごぼう	ます ぶた肉 さつまあげ	牛乳 わかめ しおこんぶ くきわかめ	にんじん	キャベツ きゅうり こんにやく ごぼう	米 さとう	あぶら ごま ごまあぶら	602 712	26.8 31.1	15.8 17.6
14	月	ごはん	牛乳	ブルコギどんぐり はるまき	牛肉 はるまき	牛乳	にんじん にら	にんにく しょうが たまねぎ しいたけ はくさい もやし	米 さとう はるさめ	あぶら ごまあぶら ごま	704 855	19.3 22.5	24.9 30.4
15	火	スイートパン	牛乳	スパゲティミートソース チキンナゲット はるいるサラダ	ぶたひき肉 大豆 チキンナゲット	牛乳	にんじん ピーマン トマト	たまねぎ コーン キャベツ	スイートパン スパゲティ	あぶら ドレッシング	643 767	26.1 31.2	19.4 22.9
16	水	ごはん あじつけのり	牛乳	さばのみそに おひたし ふしめんじる	さばのみそに あぶらあげ	牛乳 わかめ あじつけのり	にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ しいたけ	米 さとう ふしめん	あぶら	603 736	21.4 26.1	16.6 19.9
17	木	コッペパン いちごジャム	牛乳	はるにんじんのクリームシチュー れんこんと大豆のツナあえ	とり肉 いんげん豆 大豆 ツナ	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ グリーンピース れんこん	コッペパン じゃがいも いちごジャム	あぶら ドレッシング	618 705	26.1 30.1	19.7 22.1
18	金	ごはん	牛乳	マーボーどうふ ぎょうざ 青りんごゼリー	ぶたひき肉 みそ とうふ ぎょうざ	牛乳	ねぎ にんじん	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ しいたけ グリンピース	米 さとう でんぷん 青りんごゼリー	あぶら ごまあぶら	701 841	24.2 28.9	21.0 24.9
21	月	ごはん のりふりかけ	牛乳	たけのこのうまに さわらのてりやき ごまあえ	とり肉 がんもどき さわら	牛乳	にんじん	しょうが こんにやく たけのこ キャベツ グリーンピース	米 さとう でんぷん	あぶら ごま	672 795	29.9 34.7	21.1 23.9
22	火	さつまいも パン	牛乳	ハンバーグのケチャップソース ブロッコリーのサラダ ポテトスープ	ハンバーグ ベーコン	牛乳	ブロッコリー にんじん パセリ	キャベツ コーン たまねぎ	さつまいもパン さとう じゃがいも	ドレッシング	649 763	24.1 28.8	23.1 27.5
23	水	たけのこ ごはん	牛乳	ハムカツ すましじる おいわいいちごクレープ	とり肉 あぶらあげ ハムカツ とうふ	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ	たけのこ たまねぎ	米 さとう いちごクレープ	あぶら	647 750	19.7 22.7	22.9 25.3
24	木	こくとうパン	牛乳	ホイコーロー やさいのチヂミ ミニトマト(中のみ)	ぶた肉	牛乳	にんじん ピーマン やさいのチヂミ ミニトマト	しょうが にんにく たけのこ キャベツ	こくとうパン さとう	あぶら	620 700	23.6 26.7	18.1 19.8
25	金	ごはん	牛乳	ポークカレー チキンサラダ	ぶた肉 いんげん豆 サラダチキン	牛乳	にんじん	にんにく たまねぎ きゅうり キャベツ	米 じゃがいも	あぶら ドレッシング	607 708	19.9 22.8	15.2 16.5
28	月	ごはん	牛乳	かぼちゃのひき肉フライ ひじきのいために そえやさい パックソース	かぼちゃのひき肉フライ とり肉 あぶらあげ 大豆	牛乳 ひじき	にんじん	こんにやく れんこん キャベツ	米 さとう	あぶら	634 778	19.5 22.9	17.9 21.7
30	水	ごはん	牛乳	おやこどんぐり キャベツとあぶらあげのあまずあえ	とり肉 たまご あぶらあげ	牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ しめじ キャベツ すだち きゅうり	米 さとう	あぶら ごま	612 720	22.7 26.4	18.4 20.6

※材料の購入その他の理由による変更をご了承ください。

※毎日の給食が、吉野川市のホームページでご覧になれます。

※24日(木)は中学校にミニトマトが付きます。のどに詰まらせないよう、気を付けてお召し上がりください。