

2025(令和7)年度 4月分学校給食標準献立表

逗子市教育委員会

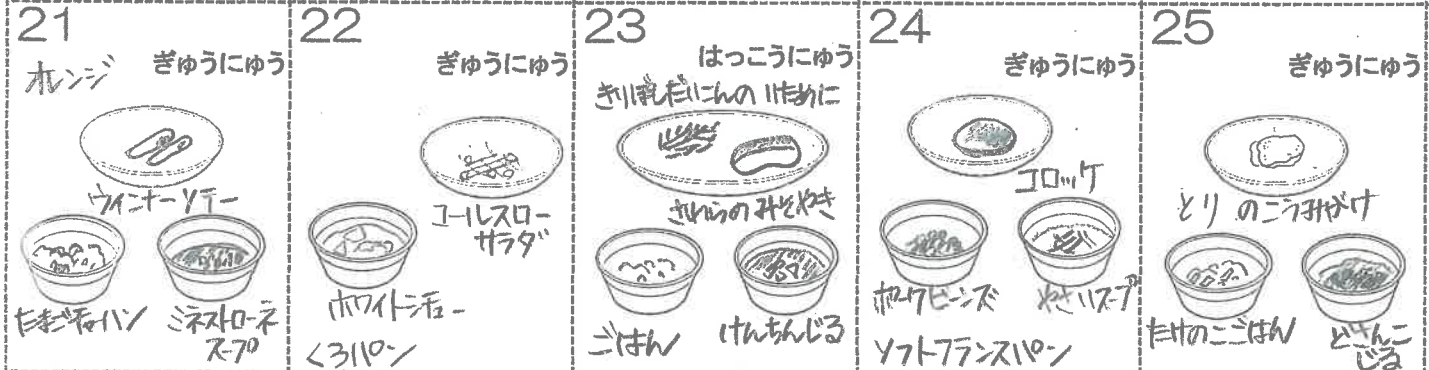
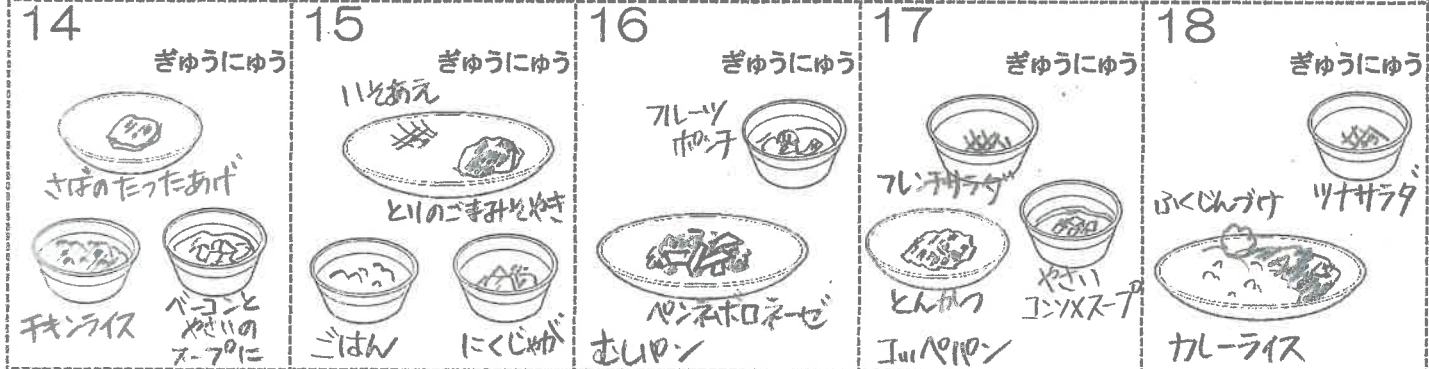
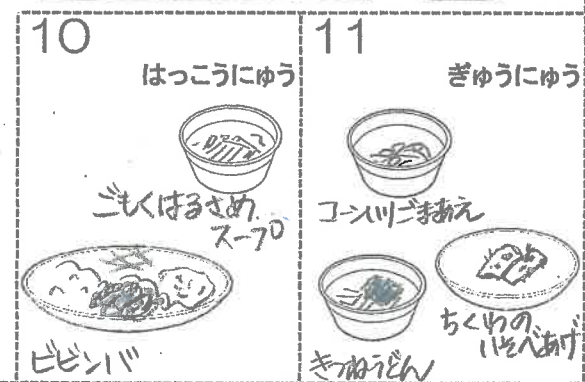
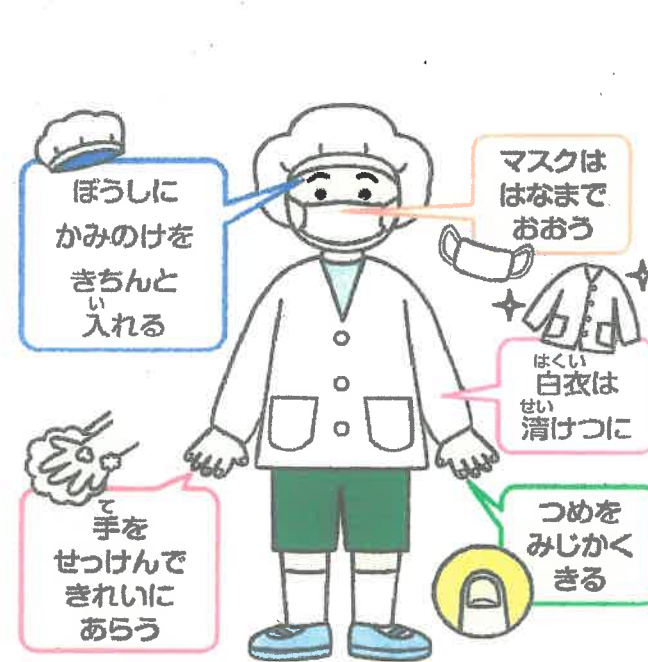
月	こんだてめい		ざいりょうとしゅるいとたいないでのほたらき			栄養価			
			あかのしょくひん からだをつくる	きいろのしょくひん ねつや力になる	みどりのしょくひん からだのちようしをととのえる	熱量	蛋白	脂肪	塩分
						kcal	g	g	g
10 木	ビビンバ ごもくはるさめスープ	はっこうにゆう	たまご、ぶたにく はっこうにゆう、とりにく わかめ	こめ、あぶら、さとう、ごま ごまあぶら、はるさめ	にんにく、しょうが、ながねぎ、もやし ほうれんそう、にんじん、しめじ たけのこ、ちんげんさい	645	28.5	19.2	2.8
11 金	きつねうどん ちくわのいそべあげ コーンいりごまあえ	ぎゅうにゆう	けずりぶし、あぶらあげ ぎゅうにゆう、ちくわ たまご、のり	さとう、みずあめ、うどん こむぎこ、あぶら、ごま	ほうれんそう、キャベツ、とうもろこし さやいんげん	678	26.1	28.2	3.1
14 月	チキンライス さばのたつたあげ ベーコンとやさいのスープに	ぎゅうにゆう	とりにく、ぎゅうにゆう、さば ベーコン、ぶたにく	こめ、あぶら、さとう、でんぶん こむぎこ、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ピーマン マッシュルーム、トマトピューレ パセリ、しょうが、セロリー、キャベツ	674	26.2	29.8	3.1
15 火	ごはん とりのごまみそやき にくじゃが いそあえ	ぎゅうにゆう	ぎゅうにゆう、とりにく、みそ のり、ぶたにく、けずりぶし	こめ、さとう、ごま、あぶら ごまあぶら、じゃがいも	ほうれんそう、もやし、たまねぎ にんじん、こんにやく、こまつな	658	28.1	22.2	3.1
16 水	むしパン ペンネポロネーゼ フルーツポンチ	ぎゅうにゆう	ぎゅうにゆう、ぶたにく、チーズ なまクリーム	ホットケーキミックス、さとう あぶら、マカロニ、バター	にんにく、たまねぎ、にんじん、ピーマン セロリー、キャベツ、ホールトマト トマトピューレ、レモン、もも缶 みかん缶、パイナップル缶、りんご	675	23.2	23.0	2.8
17 木	コッペパン とんかつ フレンチサラダ やさいコンソメスープ	ぎゅうにゆう	ぎゅうにゆう、ぶたにく、たまご ベーコン	コッペパン、こむぎこ、パンこ あぶら、さとう、じゃがいも しろいんげんまめ	キャベツ、きゅうり、にんじん、パセリ とうもろこし、こまつな、たまねぎ	621	26.4	29.9	2.4
18 金	カレーライス ふくじんづけ ツナサラダ	ぎゅうにゆう	ぶたにく、なまクリーム ぎゅうにゆう まぐろあぶらづけ	こめ、あぶら、じゃがいも こむぎこ、さとう、ごまあぶら	にんにく、しょうが、たまねぎ にんじん、ふくじんづけ キャベツ、きゅうり、とうもろこし	693	22.9	26.0	3.0
21 月	たまごチャーハン ウィンナーソテー ミネストローネスープ オレンジ	ぎゅうにゆう	たまご、ぶたにく、ぎゅうにゆう ポークウィンナー、ベーコン	こめ、あぶら、さとう、じゃがいも マカロニ	たまねぎ、にんじん、ピーマン セロリー、ホールトマト トマトピューレ、キャベツ パセリ、オレンジ	636	27.1	22.4	3.4
22 火	くろパン ホワイトシチュー コールスローサラダ	ぎゅうにゆう	ぎゅうにゆう、ベーコン ぶたにく、チーズ、なまクリーム	くろパン、あぶら、じゃがいも バター、こむぎこ、さとう	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム キャベツ、パセリ、きゅうり とうもろこし	629	23.3	27.2	2.8
23 水	ごはん さわらのみそやき きりぼしだいこんのいために けんちんじる	はっこうにゆう	はっこうにゆう、さわら、みそ ぶたにく、けずりぶし あぶらあげ とうふ	こめ、さとう、あぶら、ごまあぶら じゃがいも	しょうが、ながねぎ、きりぼしだいこん にんじん、こまつな、ごぼう こんにやく、だいこん	618	29.7	19.4	2.3
24 木	ソフトフランスパン コロッケ ポークビーンズ やさいスープ	ぎゅうにゆう	ぎゅうにゆう、ぶたにく だいず、とりにく	ソフトフランスパン、コロッケ あぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン トマトピューレ、ホールトマト もやし、キャベツ、パセリ	626	26.5	26.8	3.2
25 金	たけのこごはん とりのこみかけ どさんこじる	ぎゅうにゆう	けずりぶし、あぶらあげ ぎゅうにゆう、とりにく ぶたにく、わかめ、とうふ、みそ	こめ、さとう、でんぶん、こむぎこ あぶら、ごまあぶら、じゃがいも バター	たけのこかん、グリーンピース ながねぎ、にんにく、しょうが にんじん、もやし、とうもろこし	692	27.9	29.0	3.1
28 月	カレーうどん まぐろとじゃがいものあげに ちゅうかサラダ みかんゼリー	ぎゅうにゆう	ぶたにく、けずりぶし ぎゅうにゆう まぐろ	あぶら、うどん、でんぶん こむぎこ、じゃがいも、あぶら さとう、ごま、ごまあぶら みかんゼリー	たまねぎ、にんじん、ながねぎ こまつな、しょうが、キャベツ きゅうり	626	29.3	22.4	3.5
30 水	ごはん マーボーどうふ じゃがいものかきあげ ナムル	はっこうにゆう	はっこうにゆう、ぶたにく とうふ たまご	こめ、あぶら、さとう、でんぶん ごまあぶら、じゃがいも こむぎこ	しょうが、にんにく ながねぎ、にんじん、こまつな たまねぎ、もやし、きゅうり	651	28.0	17.2	1.8

(注) 学校によって献立を変更することがあります。



金

もりつけひょう



1年生は16日(水)
給食開始です