

令和6年 4月の献立

学期：9～3月 (1～2年は0.9倍、5～6学年は1.1倍)



徳島県立小中一貫教育校大塚校

実施日	曜	献立名	赤色の食品		青色の食品		緑色の食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (%)
			血や肉、骨や歯になる		体を動かす熱や力になる		体の調子を整える			
8月		キムチチャーハン 牛乳 春雨スープ 豆あじのカレー揚げ ふるふるフルーツゼリー	ぶたひきにく きゅうにゅう うとりにく あじかんてん		こめ むぎ こめあぶら はる さめ でんぶん こめ さとう		しょうが にんにく にんじん ねぎ キムチ もやし ほう ししいたけ こまつな パイン アップルかん ももかん みかんかん	666	15.1	
								850	14.8	
10水		赤飯 牛乳 豚汁 鶏肉の甘みそだれかけ 青菜のごま和え	あすき きゅうにゅう ぶた にく あぶらあげ みそ と りにく		こめ もちこめ くるこま こめあぶら じゃがいも こ んにゃく さとう でんぶん しろすりこま しろこま	ごぼう にんじん だいこん ねぎ しょうが キャベツ こまつな	664	17.6		
							859	17.4		
入学祝い										
11木		チキンライス 牛乳 クラムチャウダー 紅茶のケーキ	とりにく きゅうにゅう だ いず あさり チーズ たま ご クリーム		こめ むぎ こめあぶら じゃがいも こーんすたー ち こむぎこ パター さと う	にんにく しょうが にんじん たまねぎ グリンピース フロッキー マッシュ ルーム	717	13.8		
							921	13.6		
12金		ポークカレー 牛乳 ハニーマスタードサラダ	ぶたにく きゅうにゅう チーズ		こめ むぎ こめあぶら じゃがいも りんご こむぎ こ パター はちみつ さと う	にんにく しょうが たまね ぎ にんじん セロリー マトかん キャベツ こまつ な	665	11.3		
							848	10.8		
15月		きなこ揚げパン 牛乳 ワンタンスープ 糸寒天サラダ	きなこ きゅうにゅう ぶた ひきにく かんてん		ねじりパン だいずあぶら グラニューとう ワンタン のかわ ごまあぶら しろこ ま(ねり) さとう	にんにく しょうが ほし しいたけ たまねぎ にんじん もやし たら ねぎ キャベ ツ	604	13.5		
							781	12.9		
1年生給食開始										
16火		ご飯 牛乳 麻婆豆腐 杏仁豆腐	ぎゅうにゅう ぶたひきに く とうふ みそ かんてん		こめ こめあぶら さとう でんぶん	にんにく しょうが にんじん ほししいたけ ねぎ たら みかんかん パインアッ プルかん ももかん	720	16.9		
							901	16.8		
17水		ご飯 牛乳 みそ汁 コロッケ ごまドレこんにゃくサラダ	ぎゅうにゅう とうふ わか め みそ ぶたひきにく お から		こめ むぎ こめあぶら じゃがいも こむぎこ パン こ だいずあぶら こんにゃ く こめあぶら しろこま (ねり) しろすりこま さと う	だいこん ねぎ たまねぎ にんじん キャベツ こまつ な	661	13.6		
							850	13.3		
18木		コーンピラフ 牛乳 鶏肉のトマト煮 春キャベツサラダ	ベーコン きゅうにゅう と りもも だいず		こめ むぎ こめあぶら じゃがいも さとう でんぶ ん	たまねぎ コーン にんじん にんにく トマトかん えだ まめ しめじ キャベツ も やし	656	13.6		
							838	13.3		
19金		鮭チャーハン 牛乳 ワカメスープ 揚げギョーザ くだもの	ぶたひきにく さけ きゅう にゅう とりにく わかめ		こめ むぎ こめあぶら しろ こま こめあぶら きょう さのかわ だいずあぶら	にんにく しょうが たまね ぎ にんじん コーン さや いんげん ねぎ キャベツ たら セミノール	651	15.7		
							806	15.4		
22月		鶏ときのこの炊き込みごはん 牛乳 豚汁 ししゃもフライ からし和え	とりにく あぶらあげ きゅ うにゅう ぶたにく とうふ みそ ししゃも		こめ むぎ こめあぶら さ とう こめあぶら じゃがい も こんにゃく こむぎこ パンこ だいずあぶら	にんじん しめじ ごぼう だいこん ねぎ キャベツ こまつな	677	17.1		
							850	16.1		
23火		スパゲティミートソース 牛乳 グリーンサラダ	ぶたひきにく チーズ きゅ うにゅう		スパゲティ オリーブゆ こめ あぶら こむぎこ パター さ とう	にんにく しょうが たまね ぎ にんじん セロリー マッシュルーム トマト ピューレ キャベツ もやし こまつな	641	16.2		
							824	15.8		
24水		ご飯 牛乳 えのきと大根のみそ汁 鶏肉のから揚げ きんぴらごぼう	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ みそ とりにく ぶ たにく		こめ でんぶん こめこ こ めあぶら こめあぶら こ んにゃく さとう しろこま	だいこん えのき たら ねぎ しょうが にんにく ごぼう にんじん さやいんげん	672	16.4		
							866	16.4		
25木		ガーリックフランス 牛乳 ホワイトシチュー カラフルサラダ	ぎゅうにゅう とりにく チーズ クリーム		ソフトフランスパン マー ガリン こめあぶら じゃが いも マカロニ パター こ むぎこ さとう	にんにく パセリ たまねぎ にんじん コーン キャベツ もやし こまつな	633	13.4		
							817	13.1		
26金		親子丼 牛乳 具たっぶりけんちん汁 くだもの	とりにく とりもも たまご ぎゅうにゅう とうふ		こめ むぎ こめあぶら さと う でんぶん こめあぶら こ んにゃく じゃがいも	たまねぎ にんじん みつば ほししいたけ ごぼう だい こん こまつな ねぎ セミ ノール	702	15.9		
							893	15.6		
30火		わかめごはん 牛乳 みそ汁 さばのカレー揚げ にんじんシリシリ	わかめごはんのもと きゅ うにゅう とうふ わかめ みそ さば まぐろかん た まご かつおぶし		こめ むぎ しろこま でんぶ ん こめこ だいずあぶら こ めあぶら さとう こめあぶら	だいこん ねぎ しょうが にんじん	693	18.8		
							892	18.8		

※ 食材料購入の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。 ※給食回数15回
 ※ 給食で使用するすべての食材は、業者により、産地、安全性を確認して使用しています。 ※ 給食費は期日までにお納めください。
 ※ 主な食材の生産地 米…秋田、牛乳…東京、群馬、山梨、岩手、青森、秋田、宮城、山形、北海道

月	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (%)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (ugRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	
平均値	668		15.3	30.7	2.3	372	100	2.6	273	0.40	0.52	31	7.2
	853		15.0	29.5	3.0	417	127	3.5	338	0.49	0.59	40	9.6

*日本食品標準成分表が改訂された2020年版(8訂)になりました。2020年版では、エネルギーの計算方法が改訂されたため、エネルギー量が今までより低く算出されます。学校給食実施基準(基準値)は食品成分表2015年版(7訂)を基に作成されているため、改訂されるまで掲載範囲のみ記載します。