

令和7年

4月 16日 ~ 30日 給食献立表

ふつう食・一口大食

日	曜	朝 食	昼 食	おやつ	夕 食
16	水	食パン 牛乳 かぼちゃサラダ	米飯 豚の角煮 なすび薄あげ煮 きゅうりツナの酢物 ヨーグルト		米飯 ほうれんそうオムレツ 大根そぼろあんかけ ひじき豆 キャベツ漬
17	木	米飯 みそ汁（大根） 玉子焼き のり佃煮	米飯 焼肉風炒め物 マセドアンサラダ 中華風コンスープ みかん缶	季節のねりきり （イースターひよこ）	米飯 アジの南蛮漬け ほうれんそうのぬた 春雨のたらこ和 きゅうり漬
18	金	食パン 牛乳 ブロッコリーサラダ	米飯半量 お好み焼き ほうれん草卵炒め フルーツ（白桃缶）		米飯 鮭のムニエル 春雨サラダ はくさい洋風煮 大根きざみ漬
19	土	米飯 みそ汁（かぼちゃ） ほうれん草しらす和え のり佃煮	豆乳ラーメン きゅうりハム三色あえ バナナ		米飯 鶏の梅酒煮 冷や奴 野菜のソテー なすび漬
20	日	あんぱん 牛乳 ポテトサラダ	米飯 すき焼き風煮 きゃべつかまぼこわさびあえ さつまいも甘露煮 ふりかけ		米飯 さばの照焼 大根豚バラ煮物 煮豆（白いんげん） 甘夏缶
21	月	かに雑炊 なます きざみキュウリ漬け ヨーグルト	米飯 麻婆豆腐 ブロッコリーサラダ ワントンスープ みかん缶	中華まん	米飯 スペイン風オムレツ スパゲティーサラダ ほうれんそうソテー さくら漬け
22	火	米飯 みそ汁（卵） 法連草からしあえ しその実漬	豆ごはん 野菜のチャンプル 焼き餃子 小町和え マンゴー		米飯 鮭の利休焼き 金平ごぼう 大根三杯酢 白菜漬
23	水	食パン 牛乳 エビとブロッコリーのサラダ	米飯 あさりの柳川風 いわしのかつお煮 小松菜煮付 ふりかけ		米飯 鶏のやわらか煮 野菜のポトフ 五目煮 フルーツ（白桃缶）
24	木	米飯 みそ汁（さつま芋） じゃこおろし ふりかけ	たけのこごはん 干草焼き きゅうりの酢の物 具沢山汁	桜あんぱん	米飯 鮭の塩麹焼き ちんげん菜炒め 煮豆 フルーツ（パイナップル缶）
25	金	食パン 牛乳 マセドアンサラダ	きつねうどん なすびのごまみそあえ みかん缶		米飯 ゆで豚ぼんず かぶらの煮物 きゅうりもみ さくら漬け
26	土	米飯 みそ汁（じゃがいも） 白菜ポン酢あえ しその実漬	カレーライス 大根サラダ バナナ		米飯 みそ焼き 卵とうふ おくらおかか和え ヨーグルト
27	日	菓子パン 牛乳 マカロニサラダ	米飯 八宝菜 きゃべつサラダ 切り干し大根の煮物 フルーツ（白桃缶）		米飯 芙蓉蟹 野菜いっぱい春雨の酢の物 大豆しらす炒煮 白菜漬
28	月	芋粥 春菊とゆばの煮浸し しその実漬 ヨーグルト	ナポリタンスパゲティ ミモザサラダ 黄桃缶	いちごミルクプリン	米飯 鮭フライ 冬瓜のコンソメ煮 菜の花のソテー きざみたくあん漬
29	火	米飯 みそ汁（豆腐） 菜の花の辛子あえ のり佃煮	米飯 鶏のカレームニエル ほうれんそう醤油炒め ごま豆腐 フルーツ（白桃缶）		米飯 おでん 辛子酢和え 白菜漬
30	水	食パン 牛乳 かぼちゃサラダ	米飯 大根と牛肉の旨煮 焼きなすほぐし鶏和え物 しろなの煮付 ふりかけ		米飯 あじみりん漬 ねばねば野菜 大豆しらす炒煮 バナナ

☆平均給与栄養量☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB	ビタミンB2	ビタミンC
1422 kcal	59.8 g	34.6 g	561 mg	9.0 mg	568 μg	0.69 mg	0.64 mg	76 mg