



4月 献立表



日	曜	こんだて			体の組織を作る食品群		体の調子をととのえる食品群		エネルギーとなる食品群		栄養価		
		主食	飲物	おかず	1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海藻	3群 緑黄色 野菜	4群 その他の 野菜・果物	5群 穀類・ いも類・砂糖	6群 油脂	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g) 脂 肪 (g)	
8	火	小 Coppapan ブルーベリー ジャム	牛乳	焼きそば 手作りのフルーツゼリー和え	豚肉	牛乳	にんじん	キャベツ もやし かん パイン もも タデココ しょうが にんにく	パン ジャム 粉末ゼリー 中華めん	油	808	27.7	20.1
9	水	入学祝い献立 赤飯	牛乳	さわらの白しょうゆ焼き 上州きんぴら すまし汁 お祝いクレープ	さわら さつま揚げ はんぺん 豆腐 なた	牛乳	にんじん さやいんげん かき菜	ごぼう こんにゃく	赤飯 砂糖 クレープ	油 ごま ごま油	847	38.0	23.7
10	木	ご飯	牛乳	豚肉の南部焼き みそけんちん汁	豚肉 豆腐 みそ	牛乳	にんじん	ねぎ こんにゃく しょうが 大根 ごぼう もやし	米 砂糖 里芋	油 ごま	756	31.4	30.2
11	金	ご飯	牛乳	こぎつねご飯の具 厚焼き玉子 すいとん	鶏肉 油揚げ 卵 豚肉 おから	牛乳	にんじん 小松菜	しいたけ 枝豆 ねぎ しょうが 大根 こんにゃく	米 砂糖 小麦粉	油	781	34.8	26.4
14	月	ご飯	牛乳	八宝菜 春巻き オレンジ	豚肉 かまぼこ うすら卵	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ しめじ たけのこ オ レンジ しょうが に んにく	米 でんぷん 春巻きの皮	油 ごま油	801	28.4	28.9
15	火	黒食パン	牛乳	スライスチーズ ジャーマンポテト ワンタンスープ	ウィンナー 鶏肉 なた	牛乳 チーズ	にんじん ピーマン チンゲン菜	たまねぎ もやし ねぎ しょうが にんにく	パン じゃがいも ワンタンの皮	油 バター ごま油	814	32.8	29.7
16	水	ご飯	牛乳	さばのいしる干し焼き 切り干し大根のスタミナ炒め 春キャベツのみぞ汁	さば 豚肉 油揚げ みそ	牛乳	にんじん にら	大根 キャベツ たまねぎ もやし にんにく	米 砂糖	ごま油	785	31.8	32.2
17	木	バターロール	牛乳	わかめとあさりのうどん 煮玉子 ひじきサラダ	あさり 卵 かまぼこ 油揚げ	牛乳 ひじき わかめ チーズ	にんじん	ねぎ しいたけ コーン しょうが キャベツ きゅうり	パン 砂糖 うどん	マヨネーズ	763	38.3	32.4
18	金	麦ご飯	牛乳	チキンカレー 枝豆サラダ	鶏肉	牛乳 スキムミルク	にんじん	たまねぎりんご 枝 豆 キャベツきゅうり コーン しょうが に んにく	米 麦 砂糖 じゃがいも	油	880	27.9	26.1
21	月	菜飯	牛乳	あじフライ 小松菜サラダ なめこ汁	ツナ 豆腐 あじ みそ	牛乳	にんじん 大根菜 小松菜	キャベツ レモン なめこ 大根 ねぎ	米 砂糖 パン粉	油	731	28.4	20.5
22	火	小ココアパン	牛乳	八百屋スバゲティ お魚サラダ ヨーグルト	ベーコン	牛乳 ヨーグルト ちりめんじゃこ	にんじん 小松菜	たまねぎ キャベツ もやし きゅうり にんにく しめじ	パン 砂糖 スバゲティ	油 バター ごま油	708	27.9	21.4
23	水	ご飯	牛乳	ピピンバ(肉みそ・ナムル) 中華コーンスープ	豚肉 豆腐 卵 おから	牛乳	チンゲン菜 小松菜	キムチ ぜんまい 大豆 もやし 大根 たまねぎ しいたけ たけのこ コーン しょうが に んにく こんにゃく	米 砂糖 でんぷん	油 ドレッシング ごま油	729	30.6	27.1
24	木	ツイスト ロールパン	牛乳	オムレツテミグラスソースかけ 春キャベツとコーンのソテー クリームシチュー	ウィンナー 鶏肉 卵	牛乳 粉チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュ ルーム キャベツ コーン エリンギ しょうが	パン 砂糖 さつまいも	油 生クリーム	956	35.1	35.7
25	金	ご飯	牛乳	麻婆豆腐 中華サラダ	豚肉 豆腐 鶏肉 みそ	牛乳	にんじん にら	ねぎ たまねぎ しい たけ きゅうり もや し しょうが にんに く	米 砂糖 はるさめ でんぷん	油 ごま油	769	32.1	25.3
28	月	ふりかけ ご飯	ショア	たらのカレー竜田揚げ 大豆もやしのナムル みそ汁	たら 鶏肉 油揚げ みそ	ショア のり わかめ	にんじん 小松菜	大豆もやし 大根 ねぎ	米 砂糖 でんぷん じゃがいも	油 ごま ごま油	705	32.1	17.9
30	水	わかめご飯	牛乳	肉じゃが 春キャベツの塩昆布和え アセロラミニゼリー	豚肉	牛乳 わかめ こんぶ	にんじん	たまねぎ 枝豆 キャベツ きゅうり しらたき しょうが	米 砂糖 ゼリー じゃがいも	油 ごま	703	26.2	16.1

★都合により献立を変更することがありますのであらかじめ、ご了承ください。

★米、牛乳は、すべて太田市産を使用しています。

★地場産野菜および旬の食材を使用した献立を太字にしています。

令和7年度も学校給食費は無料です。(手続き不要)



献立表を参考にしてください

給食は栄養バランスを考えてつくられています。

主食、主菜、副菜がそろっているので、献立を立てる時の参考にしてください。

また、お子さんに、給食に出る好きな料理を聞いて、ぜひご家庭でもつくって
みてください。