



4月 給食よていこんだてひょう



令和7年度

白河市立小野田小学校

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	家で食べてほしい食品	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
7月	入学式・始業式 							
8火	<入学・進級お祝い献立> 赤飯	○	鶏のからあげ 大根サラダ すまし汁 お祝いデザート	牛乳 あずき 鶏肉 わかめ なると 豆腐	赤飯 ごま かたくり粉 しょうしん粉 大豆油 ごま油 さとう お祝いデザート	しょうが 大根 きゅうり にんじん 干しいたけ ねぎ みつば	さかな	602 kcal 24.9 g 20.8 g 2.6 g
9水	ごはん	○	豆腐ハンバーグ和風ソースがけ ほうれん草のごまあえ じゃがいものみそ汁	牛乳 豆腐ハンバーグ 油揚げ 煮干し	ごはん さとう かたくり粉 ごま じゃがいも	もやし ほうれん草 にんじん 玉ねぎ 小松菜	くだもの	590 kcal 20.6 g 20.2 g 2.2 g
10木	わかめうどん	○	ちくわのいそべあげ 干草あえ	牛乳 鶏肉 なると わかめ ちくわ あおのり たまご	ソフトめん 小麦粉 大豆油 さとう ごま	小松菜 にんじん ごぼう 干しいたけ ねぎ もやし ほうれん草	まめるい	560 kcal 26.4 g 14.6 g 2.9 g
11金	ポークカレーライス	○	かいそうサラダ サワーゼリー	牛乳 豚肉 わかめ こんぶ	ごはん じゃがいも こめ油 ごま油 さとう サワーゼリー	玉ねぎ にんじん りんご しょうが にんにく きゅうり 大根 こんにゃく パセリ	たまご	677 kcal 20.5 g 19.7 g 3.3 g
14月	<減塩献立> 三色丼	○	ごま酢あえ けんちん汁 みかんゼリー	牛乳 鶏肉 豚肉 たまご 油揚げ 豆腐	ごはん こめ油 さとう ごま ごま油 さといも みかんゼリー	しょうが グリンピース もやし にんじん ピーマン 大根 こんにゃく ごぼう 干しいたけ ねぎ	さかな	636 kcal 26.0 g 19.8 g 1.9 g
15火	黒糖パン	○	コロッケ イタリアンサラダ マカロニスープ	牛乳 ウインナー	黒糖パン コロッケ 大豆油 マカロニ	キャベツ きゅうり コーン にんじん 玉ねぎ	たまご	634 kcal 20.6 g 21.1 g 2.6 g
16水	<かみかみ献立> ごはん かむふりかけ	○	赤魚の三味焼き きんぴらごぼう 豚汁	牛乳 赤魚 豚肉 豆腐	ごはん こめ油 ごま さとう じゃがいも	ねぎ しょうが ごぼう にんじん こんにゃく いんげん 大根 干しいたけ	かいそう	601 kcal 25.8 g 18.0 g 2.1 g
17木	タンメン	○	肉シューマイ 中華サラダ	牛乳 豚肉 なると 肉シューマイ	中華めん こめ油 ごま油 マロニー ごま さとう	しょうが にんにく にんじん もやし キャベツ きゅうり	にゅうせいひん	597 kcal 25.2 g 19.5 g 3.0 g
18金	<せんいたっぷり献立> わかめごはん	○	彩り野菜のたまご焼き おかかあえ 肉じゃが	牛乳 彩り野菜のたまご焼き かつお節 豚肉	ごはん じゃがいも さとう こめ油	ほうれん草 キャベツ にんじん もやし 玉ねぎ 干しいたけ こんにゃく いんげん	まめるい	651 kcal 23.4 g 23.0 g 2.6 g
21月	ごはん	○	さばの塩焼き ひじきの炒め煮 みそちゃんこ汁	牛乳 さば ひじき 大豆 肉だんご 油揚げ	ごはん こめ油 さとう	にんじん ごぼう いんげん こんにゃく 大根 白菜 えのき しめじ ねぎ	くだもの	645 kcal 27.5 g 24.4 g 2.0 g
22火	食パン	○	鶏肉のガーリック焼き フレンチサラダ コーンポタージュ	牛乳 鶏肉 ベーコン 生クリーム	食パン いちご&マーガリン こめ油 米粉 さとう バター	キャベツ ブロッコリー きゅうり にんじん 玉ねぎ コーン パセリ	さかな	695 kcal 28.3 g 29.1 g 2.8 g
23水	ごはん	○	ギョーザ 小松菜のナムル マーボー豆腐	牛乳 ギョーザ 豚肉 豆腐	ごはん ごま油 さとう ごま かたくり粉	小松菜 大根 にんじん もやし にんにく しょうが にら ねぎ 干しいたけ たけのこ	くだもの	627 kcal 26.0 g 21.5 g 2.0 g
24木	スパゲティミートソース	○	コールスローサラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 粉チーズ ヨーグルト	スパゲティ バター さとう	にんじん 玉ねぎ ピーマン トマト キャベツ きゅうり コーン	まめるい	656 kcal 27.3 g 20.0 g 2.4 g
25金	お弁当持参日 							
28月	ごはん	○	メンチカツ 豆のサラダ 厚揚げのみそ汁	牛乳 メンチカツ ロースハム 大豆 厚揚げ 煮干し	ごはん 大豆油	キャベツ にんじん 白菜 ブロッコリー 小松菜 ねぎ	たまご	610 kcal 23.3 g 20.6 g 2.2 g
30水	ごはん	○	豚肉のみそ焼き やまぶきあえ 根菜のごま汁	牛乳 豚肉 たまご 油揚げ 煮干し	ごはん さとう さといも ごま	ほうれん草 にんじん キャベツ 大根 ごぼう ねぎ 小松菜	にゅうせいひん	603 kcal 24.9 g 21.1 g 2.0 g

計15食 ※材料の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。



※ 給食は、市の測定器で放射性物質検査を行い、安全を確認した後提供しています。検査結果は市のホームページに掲載しています。

4月栄養価平均 エネルギー626kcal たんぱく質24.7g 脂質20.9g 食塩相当量2.4g

◇PTA総会でお知らせのとおり、給食配膳時の服装は、マイエプロン・三角巾（バンダナ）・マスクです。よろしくお願いいたします。



～給食費返金規程～

- 給食費返金条件
長期入院等により事前に連絡を受け、給食の食材をキャンセルできた日から連続7日以上給食を停止した場合に、7食目以降分を返金する。
- 学校・学年閉鎖の場合
感染症対策による学校・学年閉鎖の場合は、閉鎖して3日目以降分を返金、または食材還元とする。

