2025年 4月 8日 火曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【豚丼の具】 | |
| 豚肉スライス | 70 g |
| 玉葱 | 70 g |
| 糸こんにゃく | 40 g |
| にんじん | 10 g |
| 料理酒 | 2 g |
| こいくちしょうゆ | 10 g |
| 錦味特醸（本みりん） | 3 g |
| 三温糖 | 4 g |
| おろししょうが | 0.5 g |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 1 g |
| 水 | 0 g |
| | |
| 【こまツナサラダ】 | |
| カットこまつな | 20 g |
| キャベツ | 30 g |
| ﾗｲﾄﾂﾅ油漬ﾁｬﾝｸ | 10 g |
| もやし | 20 g |
| 野菜いっぱい和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ | 8 g |

2025年 4月 9日 水曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【メンチカツ】 | |
| ロイヤルカツ | 1 個 |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 6 g |
| | |
| 【ひじきとひき肉のカレー炒め】 | |
| 干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾) | 3 g |
| 豚ひき肉 | 12 g |
| キャベツ | 20 g |
| 玉葱 | 20 g |
| にんじん | 10 g |
| カレー粉 | 0.4 g |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 1 g |
| 三温糖 | 2.5 g |
| こいくちしょうゆ | 2 g |
| おろししょうが | 1 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.25 g |
| 白こしょう | 0.01 g |
| | |
| 【豆腐のすまし汁】 | |
| 冷凍豆腐(ﾀﾞｲｽｶｯﾄ) | 30 g |
| 玉葱 | 10 g |
| 高麗わかめ | 0.5 g |
| ほそ切り蒲鉾 | 5 g |
| こんぶ | 1.5 g |
| 花かつお | 1.5 g |
| うすくちしょうゆ | 2 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.5 g |

2025年 4月 10日 木曜日

入学式

2025年 4月 11日金曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【ｹﾁｬｯﾌﾟｿｰｽハンバーグ】 | |
| スクールハンバーグ | 1 個 |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 1 g |
| トマトケチャップ | 3 g |
| トマトピューレ | 3 g |
| ウスターソース（ﾚｽﾄﾗﾝ用） | 3 g |
| 赤ワイン風調味料 | 1 g |
| | |
| 【スパゲティソテー】 | |
| スパゲティ（ﾐﾆ） | 10 g |
| ﾎｰﾙｺｰﾝｶｰﾈﾙ（冷凍とうもろこし） | 5 g |
| 玉葱 | 15 g |
| 青ピーマン | 10 g |
| コンソメゴールド | 0.3 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.2 g |
| 白こしょう | 0.01 g |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 1 g |
| | |
| 【オニオンスープ】 | |
| 無塩せきベーコン | 5 g |
| ｿﾃｰ・ﾄﾞ・ｵﾆｵﾝ（ｽﾗｲｽ70） | 20 g |
| 玉葱 | 10 g |
| ほぐしえのきIQF | 3 g |
| にんじん | 5 g |
| がらスープ（チキン） | 8 g |
| うすくちしょうゆ | 3 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.5 g |
| 白こしょう | 0.01 g |
| 料理酒 | 1 g |
| | |
| 【お祝いデザート】 | |
| りんごタルト | 1 個 |

2025年 4月 14日 月曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【いわしのみぞれ煮】 | |
| いわしみぞれ煮 | 1 個 |
| | |
| 【豚肉とごぼうの甘辛炒め】 | |
| 豚肉スライス | 20 g |
| 千切ごぼう | 30 g |
| 突きこんにゃく（業務用きんぴら） | 20 g |
| にんじん | 10 g |
| 冷凍いんげん(すじなし) | 5 g |
| こいくちしょうゆ | 3 g |
| 料理酒 | 3 g |
| 三温糖 | 1.5 g |
| 一味唐辛子 | 0.01 g |
| 調合胡麻油（ごま油） | 1 g |
| | |
| 【じゃがいもの味噌汁】 | |
| ﾀﾞｲｽｶｯﾄﾎﾞﾃﾄ15㎜ｶｯﾄ | 25 g |
| ミニ絹厚あげ | 20 g |
| ほぐしえのきIQF | 3 g |
| カットほうれん草 | 10 g |
| 花かつお | 1.5 g |
| かたくちいわし(煮干し) | 1.5 g |
| 合わせ味噌 | 10 g |

2025年 4月 15日 火曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【スパイシーチキン】 | |
| 若鶏もも切り身 | 2 個 |
| トマトケチャップ㊙ | 5 g |
| ソース（中濃） | 3 g |
| こいくちしょうゆ | 3 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.2 g |
| おろしにんにく | 0.3 g |
| 白こしょう | 0.02 g |
| カレー粉 | 0.4 g |
| | |
| 【キャベツと豆のサラダ】 | |
| キャベツ | 30 g |
| きゅうり | 10 g |
| にんじん | 5 g |
| ほぐし蒸し鶏 | 10 g |
| ミックスビーンズ | 20 g |
| 青じそﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ(減塩) | 4 g |
| エッグケア(卵不使用) | 3 g |
| いりごま白CF | 2 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.03 g |
| 白こしょう | 0.01 g |
| | |
| 【野菜スープ】 | |
| ｿﾃｰ・ﾄﾞ・ｵﾆｵﾝ（ｽﾗｲｽ70） | 20 g |
| チンゲンサイ(冷凍) | 10 g |
| 冷凍豆腐(ﾀﾞｲｽｶｯﾄ) | 15 g |
| きくらげ(乾) | 0.5 g |
| 無塩せきベーコン | 5 g |
| がらスープ（チキン） | 8 g |
| うすくちしょうゆ | 2.5 g |
| 料理酒 | 1 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.5 g |
| 白こしょう | 0.01 g |

2025年 4月 16日 水曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【スタミナ炒め】 | |
| 豚肉スライス | 60 g |
| キャベツ | 30 g |
| 玉葱 | 30 g |
| にんじん | 10 g |
| もやし | 30 g |
| にら | 5 g |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 1 g |
| おろししょうが | 0.5 g |
| おろしにんにく | 0.5 g |
| 料理酒 | 2 g |
| 焼肉のタレ | 15 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.1 g |
| 白こしょう | 0.01 g |
| | |
| 【春巻き】 | |
| 春巻 Fe（米粉入り） | 1 個 |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 3.5 g |
| | |
| 【えのきのすまし汁】 | |
| ほぐしえのきIQF | 10 g |
| 玉葱 | 15 g |
| ほそ切り蒲鉾 | 5 g |
| 高麗わかめ | 0.5 g |
| 椎茸細切ｽﾗｲｽ | 0.5 g |
| こんぶ | 1.5 g |
| 花かつお | 1.5 g |
| うすくちしょうゆ | 2 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.5 g |

2025年 4月 17日 木曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【中華丼の具（ｴﾋﾞ・卵なし）】 | |
| いか鹿の子切り | 20 g |
| 豚肉スライス | 40 g |
| キャベツ | 50 g |
| もやし | 35 g |
| 玉葱 | 30 g |
| うす切り蒲鉾 | 15 g |
| にんじん | 10 g |
| きくらげ(乾) | 1 g |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 0.5 g |
| こいくちしょうゆ | 3 g |
| 料理酒 | 3 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.2 g |
| 三温糖 | 1.5 g |
| 白こしょう | 0.02 g |
| 調合胡麻油（ごま油） | 1 g |
| 中華スープ | 2 g |
| でんぷん | 4 g |
| 水 | 0 g |
| | |
| 【バンバンジーサラダ】 | |
| ほぐし蒸し鶏 | 15 g |
| きゅうり | 20 g |
| もやし | 40 g |
| カットこまつな | 15 g |
| にんじん | 5 g |
| 棒々鶏ドレッシング | 8 g |
| いりごま白CF | 2 g |

2025年 4月 18日 金曜日

| | |
|---|---|
| 【食パン】 | |
| 食パン（2枚入り） | 1 袋 |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【クリーム煮（アレルギーフリー）】 | |
| ｽｸｰﾙﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ　15ｇ | 60 g |
| ﾀﾞｲｽｶｯﾄﾎﾞﾃﾄ15㎜ｶｯﾄ | 40 g |
| にんじん | 10 g |
| 玉葱 | 20 g |
| 冷凍ブロッコリー | 20 g |
| ｿﾃｰ・ﾄﾞ・ｵﾆｵﾝ（ｽﾗｲｽ70） | 15 g |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 0.5 g |
| ｱﾚﾙｹﾞﾝﾌﾘｰｼﾁｭｰﾎﾜｲﾄﾌﾚｰｸN | 15 g |
| 白ワイン風調味料 | 2 g |
| 白こしょう | 0.01 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.01 g |
| 水 | 0 g |
| | |
| 【キャベツのメンチカツ】 | |
| 国産キャベツのメンチカツ | 1 個 |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 5 g |

2025年 4月 21日 月曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【マーボー豆腐】 | |
| 冷凍豆腐(ﾀﾞｲｽｶｯﾄ) | 120 g |
| 豚ひき肉 | 20 g |
| 国産大豆（ｸﾗｯｼｭﾀｲﾌﾟ） | 10 g |
| ｿﾃｰ・ﾄﾞ・ｵﾆｵﾝ（ｽﾗｲｽ70） | 30 g |
| にんじん | 5 g |
| 椎茸細切ｽﾗｲｽ | 0.8 g |
| 深ねぎ | 5 g |
| おろししょうが | 0.5 g |
| おろしにんにく | 0.2 g |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 0.5 g |
| 赤だしみそ | 3 g |
| こいくちしょうゆ | 5 g |
| 中華スープ | 1 g |
| 三温糖 | 1.5 g |
| トウバンジャン | 0.3 g |
| テンメンジャン | 3 g |
| でんぷん | 2 g |
| 水 | 0 g |
| | |
| 【揚げぎょうざ】 | |
| 学校用ギョーザ | 2 個 |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 3 g |
| | |
| 【ナムル】 | |
| もやし | 55 g |
| にんじん | 10 g |
| きゅうり | 15 g |
| ドレッシング韓国ナムル | 6 g |
| いりごま白CF | 2 g |

2025年 4月 22日 火曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【ルーロー飯】 | |
| 豚肉スライス | 65 g |
| 玉葱 | 30 g |
| たけのこ缶 | 10 g |
| 椎茸細切ｽﾗｲｽ | 1.3 g |
| おろししょうが | 0.26 g |
| おろしにんにく | 0.26 g |
| こいくちしょうゆ | 2.6 g |
| オイスターソース | 1.3 g |
| 三温糖 | 1.3 g |
| 料理酒 | 0.65 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.13 g |
| 調合胡麻油（ごま油） | 0.4 g |
| でんぷん | 0.4 g |
| 水 | 0 g |
| | |
| 【肉団子のスープ】 | |
| 根菜入りつくね | 25 g |
| 玉葱 | 15 g |
| だいこん | 20 g |
| ほぐしえのきIQF | 3 g |
| チンゲンサイ(冷凍) | 10 g |
| がらスープ（チキン） | 8 g |
| うすくちしょうゆ | 2.5 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.5 g |
| 料理酒 | 1 g |
| 白こしょう | 0.01 g |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 0.5 g |

2025年 4月 23日 水曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【鶏肉の唐揚げ】 | |
| 若鶏もも切り身 | 2 個 |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.2 g |
| 白こしょう | 0.02 g |
| こいくちしょうゆ | 3 g |
| 料理酒 | 2 g |
| おろししょうが | 0.5 g |
| おろしにんにく | 0.5 g |
| でんぷん | 8 g |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 8 g |
| | |
| 【春雨のごま酢和え】 | |
| にんじん | 5 g |
| きゅうり | 15 g |
| もやし | 25 g |
| ロースハムタンザク | 10 g |
| 緑豆春雨（5cmｶｯﾄ） | 8 g |
| 三温糖 | 2 g |
| 穀物酢 | 2 g |
| こいくちしょうゆ | 3 g |
| いりごま白CF | 1 g |
| 調合胡麻油（ごま油） | 0.5 g |
| | |
| 【わかめのすまし汁】 | |
| 玉葱 | 15 g |
| 高麗わかめ | 0.8 g |
| 椎茸細切ｽﾗｲｽ | 1 g |
| こんぶ | 1.5 g |
| 花かつお | 1.5 g |
| うすくちしょうゆ | 2 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.5 g |
| 料理酒 | 0.5 g |

2025年 4月 24日 木曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【さばの味噌煮】 | |
| さば味噌煮 | 1 個 |
| | |
| 【里芋のそぼろ煮】 | |
| 豚ひき肉 | 12 g |
| 高野豆腐（ダイス） | 8 g |
| 玉葱 | 30 g |
| にんじん | 10 g |
| さといも(冷凍) | 30 g |
| さやいんげん(冷凍) | 5 g |
| 三温糖 | 2 g |
| おろししょうが | 0.6 g |
| 料理酒 | 3 g |
| こいくちしょうゆ | 4 g |
| 錦味特醸（本みりん） | 1 g |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 0.5 g |
| でんぷん | 1 g |
| | |
| 【具だくさん味噌汁】 | |
| カットほうれん草 | 10 g |
| 美ら海もずく | 5 g |
| カット油揚 | 3 g |
| だいこん | 10 g |
| 花かつお | 1.5 g |
| かたくちいわし(煮干し) | 1.5 g |
| 合わせ味噌 | 10 g |

2025年 4月25日 金曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【鶏肉と根菜の平つくね】 | |
| 国産鶏と根菜の平つくね | 1 個 |
| | |
| 【ツナサラダ】 | |
| ﾗｲﾄﾂﾅ油漬ﾁｬﾝｸ | 10 g |
| 玉葱 | 20 g |
| にんじん | 5 g |
| きゅうり | 10 g |
| キャベツ | 30 g |
| エッグケア(卵不使用) | 10 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.2 g |
| 白こしょう | 0.01 g |
| | |
| 【けんちん汁】 | |
| 鶏もも（2cmダイス） | 10 g |
| 冷凍豆腐(ﾀﾞｲｽｶｯﾄ) | 15 g |
| にんじん | 5 g |
| だいこん | 10 g |
| 千切ごぼう | 10 g |
| 深ねぎ | 3 g |
| 冷凍里芋 | 10 g |
| 突きこんにゃく（業務用きんぴら） | 10 g |
| 椎茸細切ｽﾗｲｽ | 0.5 g |
| かたくちいわし(煮干し) | 1.5 g |
| 花かつお | 1.5 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.5 g |
| うすくちしょうゆ | 3 g |
| 料理酒 | 1 g |
| でんぷん | 1.5 g |

2025年 4月 28日 月曜日

| | |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【ポークカレー（アレルギーフリー）】 | |
| 豚肉スライス | 40 g |
| 玉葱 | 20 g |
| ｿﾃｰ・ﾄﾞ・ｵﾆｵﾝ（ｽﾗｲｽ70） | 30 g |
| にんじん | 20 g |
| ﾀﾞｲｽｶｯﾄﾎﾞﾃﾄ15㎜ｶｯﾄ | 40 g |
| おろしにんにく | 0.2 g |
| おろししょうが | 0.2 g |
| トマトピューレ | 4.5 g |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 0.5 g |
| ｶﾚｰﾙｰ（ﾌﾚｰｸ） | 15 g |
| カレー粉 | 0.2 g |
| コンソメゴールド | 0.2 g |
| トマトケチャップ | 4.5 g |
| ウスターソース（ﾚｽﾄﾗﾝ用） | 1 g |
| 赤ワイン風調味料 | 1.5 g |
| こいくちしょうゆ | 0.5 g |
| 黒砂糖 | 1 g |
| りんごピューレ | 2 g |
| 水 | 0 g |
| | |
| 【海藻サラダ】 | |
| 海藻ミックス | 2 g |
| キャベツ | 30 g |
| きゅうり | 15 g |
| ﾎｰﾙｺｰﾝｶｰﾈﾙ（冷凍とうもろこし） | 5 g |
| ｵｰｼｬﾝｷﾝｸﾞほぐし身（N） | 10 g |
| 青じそﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ（減塩） | 6 g |

昭和の日

2025年 4月 30日 火曜日

| | 1人分量 |
|---|---|
| 【ごはん】 | |
| 水稲穀粒(精白米) | 100 g |
| 学校給食用強化米 | 0.3 g |
| | |
| 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 1 本 |
| | |
| 【ホキのフライ】 | |
| 白身魚フライ（ほき） | 1 個 |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 6 g |
| | |
| 【ﾍﾞｰｺﾝともやしの炒め物】 | |
| カットベーコン | 10 g |
| もやし | 40 g |
| カットこまつな | 20 g |
| こいくちしょうゆ | 3 g |
| ｼﾏ・ﾏｰｽ（食塩） | 0.5 g |
| 白こしょう | 0.01 g |
| ｷｬﾉｰﾗ油（なたね油） | 1 g |
| | |
| 【厚揚げの味噌汁】 | |
| ミニ絹厚あげ | 30 g |
| だいこん | 10 g |
| 深ねぎ | 3 g |
| 花かつお | 1.5 g |
| かたくちいわし(煮干し) | 1.5 g |
| 合わせ味噌 | 10 g |