



4がつよていこんだてひょう(こども園)



令和7年

東庄町教育委員会教育課給食係(学校給食センター)

日	よう び	こんだてめい			おもなざいりょうとはたらき							えいようか				
		しゅしよく	牛 乳	お か ず	からだをつくるものになる		からだのちようしをとのえる		ねつやちからのものになる			エネルギー (kcal)	たんぱくつ (g)	えんぶん (g)		
					にく さかな たまご まめ だいずせいひん	にゅう にゅうせいひん かいそう こさかな	りよくおうしよく やさしい	そのほかのやさい くだもの きのこ	こめ パン めん さとう いもるい	ゆし しゅじつ						
8	火	 給 食 中 止 日 														
9	水	 入 園 式 														
10	木	ごはん	○	いりたまご やさしいりぶたそぼろ なめこじる やきプリンタルト	あぶらあげ ぶたにく みそ とうふ たまご	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	なめこ ながねぎ	こめ さとう タルト			613	24.3	1.7		
11	金	バターロール	○	ハンバーグアップルソース ツナサラダ たまごスープ おいおいゼリー	とりにく ツナ ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	りんご キャベツ きゅうり もやし たまねぎ	パン かたくりこ さとう ゼリー	ドレッシング あぶら		501	22.6	2.3		
14	月	ごはん	○	ほうれんそうグラタン ハヤシライス グリーンサラダ(わふうごまドレッシング)	ぶたにく えだまめ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん	マッシュルーム りんご きゅうり にんにく たまねぎ キャベツ	こめ マカロニ	ハヤシルウ バター ドレッシング		600	23.5	2.4		
15	火	ごはん	○	いかフライ(ソース) かぶとぶたにくのあまからいため みそしる	あぶらあげ ぶたにく みそ いか とうふ	ぎゅうにゅう	かぶのは こまつな	かぶ だいこん	こめ さとう	あぶら ごまあぶら		561	25.1	2.1		
16	水	ごはん	○	ぎょうざ(2こ) マーボーとうふ フルーツいりあんにんどうふ	ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう あんにんどうふ	にんじん にら	パイン みかん もも ながねぎ たけのこ しょうが にんにく	こめ さとう こむぎこ かたくりこ	あぶら ごまあぶら		603	23.3	2.0		
17	木	ごはん	○	さけのおしおやき キャベツのピリからみそいため すましじる こめこガトーショコラ	さkr なんと ぶたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ピーマン	キャベツ にんにく ながねぎ	こめ さとう こんにやく ガトーショコラ	あぶら		596	26.5	2.3		
18	金	ラーメン	○	はるまき ナタデココフルーツゼリー みそラーメンスープ	ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	にんにく たまねぎ もも パイン もやし ながねぎ	ちゅうかめん こむぎこ ゼリー	あぶら		566	16.9	2.2		
21	月	ごはん (たらこふりかけ)	○	かぼちゃひきにくフライ はるさめサラダ かきたまじる ヨーグルト	ぶたにく とうふ ハム たまご とりにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	かぼちゃ にんじん ほうれんそう	きゅうり もやし ながねぎ しいたけ	こめ はるさめ かたくりこ	あぶら ドレッシング		611	22.1	2.2		
22	火	ごはん	● コーヒ	さばのみそに マヨおひたし さわにわん	さば ぶたにく みそ かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	しょうが だいこん もやし ごぼう たまねぎ ながねぎ えのきたけ	こめ さとう	ドレッシング		609	22.0	2.2		
23	水	ちゃめし	○	てづくりチキンカツ(ソース) とんじる オレンジ	とりにく とうふ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	ごぼう オレンジ だいこん ながねぎ	こめ パンこ こむぎこ こんにやく	あぶら		672	27.5	2.1		
24	木	ごはん	○	にくだんごあまずあん(2こ) ちゅうかどんのぐ マカロニサラダ	肉だんご ぶたにく ハム うずらたまご	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが きゅうり キャベツ コーン もやし たけのこ	こめ かたくりこ マカロニ	マヨネーズ あぶら		575	24.2	2.2		
25	金	シュガートースト	○	わかどりごまてりやき こんにやくサラダ(あおじそドレッシング) ミネストローネスープ	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	キャベツ きゅうり たまねぎ にんにく	パン さとう じゃがいも こんにやく マカロニ	マーガリン ごま オリブオイル ドレッシング		673	24.3	3.0		
28	月	ごはん (のりたまふりかけ)	○	あじフライ(ソース) にくじゃが たまごスープ レモンカスタードタルト	あじ ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	たまねぎ いんげん	こめ さとう じゃがいも しらたき タルト	あぶら		651	2.4	2.0		
30	火	ごはん	○	あつやきたまご(2こ) ぶたキムチ クリームコンフェ ワントンスープ	ぶたにく たまご なると	ぎゅうにゅう	にら にんじん	はくさい たまねぎ もやし にんにく キャベツ	こめ こむぎこ さとう クリームコンフェ	ごまあぶら ごま		644	23.6	2.2		
※材料その他の都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。											今月の平均値	606	24.0	2.0		
※この献立表は主な使用材料を示したもので、食物アレルギー資料ではありません。											基準値	500	20.6	1.5		

ご入学、ご進級、おめでとうございます！

東庄町学校給食センターでは、こじゅりんこども園・東庄小学校・東庄中学校の給食を作っています。
安全でおいしい給食を目指し、職員一同心をこめて一生懸命作ります。
よろしくお願いいたします。

