

4月 給食献立表

2025年度		滝川市教育委員会 学校運営課 2グループ（滝川第一・滝川第三小学校/明苑・江陵中学校）			
日(曜)	こんだて 献立	赤の食品 主に体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	緑の食品 主に体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	黄の食品 主に力や熱のもとになる 炭水化物、脂肪を多く含む	調味料
7(月) 🍴	中華丼	豚肉 いか うずらの卵	たまねぎ にんじん たけのこ はくさい しいたけ 生姜	米 強化米 ごま油 三温糖 でん粉	醤油 食塩 こしょう 料理酒 とりがらスープ 塩ラーメンベース
	みそワントンスープ	ハム	にんじん もやし コーン にんにく 生姜	ウェーブワントン	みそ 味噌ラーメンベース とりがらスープ こしょう
8(火) 🍴	ごはん			米 強化米	
	もち麦のコンソメスープ	ベーコン	カリフラワー たまねぎ ほうれん草 にんじん パセリ	もち麦	とりがらスープ 野菜ブイヨン 醤油 食塩 こしょう
	マヨトントン	豚肉	たまねぎ	三温糖 キャノーラ油 エッグケアマヨネーズ	料理酒 醤油
	枝豆サラダ	チーズ	枝豆 キャベツ コーン		和風ごまドレッシング
9(水) 🍴	コッペパン			コッペパン	
	パンプキンポタージュ	牛乳 生クリーム	かぼちゃ たまねぎ	発酵バター	野菜ブイヨン 食塩 こしょう
	ハンバーグ	ハンバーグ			
	ツナごぼうサラダ	ツナ水煮	ごぼう にんじん	エッグケアマヨネーズ ごま	醤油
10(木)	ごはん			米 強化米	
	かぼちゃ団子汁	豆腐	だいこん ごぼう にんじん ねぎ	かぼちゃもち	みそ 煮干しだし
	鶏肉とじゃがいもの揚げがらめ	鶏肉	枝豆 にんにく	でん粉 キャノーラ油 じゃ がいも 三温糖	料理酒 醤油 みりん
	小松菜とハムのソテー	ハム	小松菜 キャベツ にんじん	キャノーラ油	野菜ブイヨン こしょう 食塩
11(金)	ごはん			米 強化米	
	ツナじゃが	ツナ水煮	にんじん たまねぎ しらたき さやいんげん 生姜 にんにく	じゃがいも キャノーラ油 三温糖	料理酒 みりん 醤油
	野菜入り鶏つくね(中学2個)	野菜入り鶏つくね			
	もやしとピーマンの炒めもの アーモンド	ベーコン	もやし ピーマン	キャノーラ油 アーモンド	野菜ブイヨン 食塩 こしょう
14(月)	ごはん			米 強化米	
	おでん	うずらの卵 がんもどき 魚 河岸ボール	だいこん こんにゃく にんじん	三温糖	醤油 みりん かつおだし 昆布だし
	いわしのみぞれ煮	いわしのみぞれ煮			
	にんじんのピリ辛炒め	豚肉	にんじん ねぎ 生姜 にんにく	キャノーラ油 三温糖	料理酒 醤油 穀物酢 トウバンジャン
15(火)	ごはん			米 強化米	
	すき焼き風煮	豚肉 豆腐	しらたき ぶなしめじ たまねぎ はくさい ねぎ	キャノーラ油 三温糖	醤油 みりん
	野菜うの花もちもちフライ			野菜もちもちフライ キャノーラ油	
	切干大根炒め	油揚げ ひじき	切干しだいこん にんじん しらたき	キャノーラ油 三温糖	みりん 醤油 みそ 唐辛子
16(水) 🍴	チキンカレー	鶏肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ 生姜 にんにく ブルーベリーピューレ	米 大麦 強化米 じゃがいも 発酵バター	白ワイン カレールウ ウスターソース 中濃ソース ケチャップ
	ブロッコリーとチーズのサラダ	チーズ	ブロッコリー コーン カリフラワー		やさしい 野菜いっぱいドレッシング
17(木) 🍴 入学お祝い 献立	キャロットピラフ	ポークウインナー	にんじんジュース たまねぎ にんじん コーン マッシュルーム	米 強化米 発酵バター	ケチャップ 野菜ブイヨン 食塩 こしょう
	白菜のクリームスープ	ベーコン 牛乳 生クリーム 粉チーズ	はくさい たまねぎ にんじん	マカロニ 発酵バター	野菜ブイヨン 食塩 こしょう
	じゃが芋とハムの炒めもの	ハム	さやいんげん	じゃがいも キャノーラ油 三温糖	醤油 野菜ブイヨン
	お祝いデザート			おめでとうデザート	
18(金)	ごはん			米 強化米	
	もずくの中中華スープ	ベーコン もずく 豆腐 卵	えのきたけ ねぎ	でん粉	とりがらスープ 食塩 こしょう 塩ラーメンベース 醤油 料理酒 中華スープの素
	チンジャオロース	豚肉	生姜 にんにく 竹の子 たまねぎ ピーマン しいたけ	でん粉 キャノーラ油 三温糖	料理酒 醤油 オイスターソース
	ベビーチーズ	チーズ			

4月 給食献立表

2025年度		滝川市教育委員会 学校運営課 2グループ（滝川第一・滝川第三小学校/明苑・江陵中学校）			
日(曜)	こんだて 献立	赤の食品 主に体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	緑の食品 主に体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	黄の食品 主に力や熱のもとになる 炭水化物、脂肪を多く含む	調味料
21(月)	ごはん			米 強化米	
	どさんこ汁	豚肉 豆腐	だいこん ごぼう にんじん コーン ねぎ	じゃがいも 発酵バター キャノーラ油	料理酒 みそ 煮干しだし
	はんぺんフライ	はんぺんフライ		キャノーラ油	
	ひじきととちくわの炒め煮	ひじき 焼きちくわ 油揚げ 大豆	にんじん つきこんにゃく	キャノーラ油 三温糖	醤油 みりん
	ミニフィッシュ	ミニフィッシュ			
22(火)	ごはん			米 強化米	
	白玉の中華スープ	豚肉 豆腐	にんじん えのきたけ しいたけ	白玉もち ごま油	中華スープの素 こしょう とりがらスープ 醤油 食塩
	春巻 菜花の中華サラダ	皮がパリパリ春巻 糸かまぼこ		キャノーラ油 三温糖 ごま油 ごま	
23(水)	ミートスパゲティ	豚肉 大豆ミート 大豆 粉 チーズ	たまねぎ ピーマン にんじん にんにく	スパゲティ キャノーラ油 発酵バター 三温糖	赤ワイン ミートソップ ケチャップ ミートソース ウスターソース トマトピューレ 野菜ブイヨン 食塩 こしょう
	フルーツパフェ	ホイップクリーム	もも みかん パイン	マスカットゼリー	
24(木)	ごはん			米 強化米	
	豆乳チゲ	とり肉だんご 豆腐 豆乳	ほうれん草 だいこん にんじん マイルドキムチ にら ぶなしめじ	キャノーラ油	醤油 みそ 食塩 とりがらスープ コチュジャン
	えびシューマイ(中学2個)	えび入り大シューマイ			
	ホイコーロー	豚肉	にんじん キャベツ ねぎ ピーマン もやし 生姜 にんにく	三温糖 ごま油 キャノーラ油 でん粉	コチュジャン テンメンジャン オイスターソース 醤油 料理酒 トウバンジャン
25(金)	こぎつねごはん	油揚げ 鶏肉	にんじん	米 強化米 キャノーラ油 三温糖	料理酒 醤油 食塩
	かきたまのみそ汁	わかめ 豆腐 卵	キャベツ たまねぎ	でん粉	みそ 煮干しだし
	たれ付き肉団子(中学2個)	肉団子			
	五目きんぴら	さつまあげ	ごぼう にんじん ピーマン しらたき	キャノーラ油 三温糖 ごま	みりん 醤油
28(月)	ごはん			米 強化米	
	田舎風ミネストローネ	ポークウインナー	にんにく たまねぎ にんじん セロリ キャベツ トマト パセリ	じゃがいも キャノーラ油 三温糖	トマトベースソース とりがらスープ 野菜ブイヨン 食塩 こしょう
	鮭とチーズのメンチカツ	鮭チーズメンチカツ		キャノーラ油	
	菜園ソテー		カリフラワー ブロッコリー	キャノーラ油	食塩 こしょう 野菜ブイヨン
30(水)	親子丼	鶏肉 さつまあげ 卵	にんじん たまねぎ しいたけ	米 強化米 でん粉 キャノーラ油 三温糖	料理酒 醤油 みりん
	豆腐とわかめのみそ汁	豆腐 わかめ 油揚げ	はくさい ねぎ		みそ 煮干しだし

4月の平均栄養量(小学校)	625Kcal	たんぱく質	24.4 g	脂質	20.3 g	食塩	2.7 g
4月の平均栄養量(中学校)	766Kcal	たんぱく質	29.4 g	脂質	23.4 g	食塩	3.4 g

○牛乳は毎日つきます。 ○はしと給食シートは忘れずに持ってきてましょう。
○物資の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

パンは同じ工場で、卵、乳、小麦、大豆、くるみ、りんご、豚肉、米、ごま、魚介類、いちご、アーモンド、はちみつを含む製品を作っています。
うどん・ラーメンは同じ工場でそば粉・卵を含む製品を作っています。
ぎょうざ・シューマイは同じ工場で卵、乳、小麦、そば、大豆、いか、えび、かに、鮭、牛肉、豚肉、鶏肉、ゼラチン、やまいも、米、ごま、魚介類、マンゴー、カシューナッツ、はちみつを含む製品を作っています。