



2025 年

4 月分献立予定表

上板町学校給食センター ホームページ
https://www.townkamiita.jp/soshiki/kyouiku/gakkokuyusyokucenter/



こ ん だ て め い			ざ い り ょ う め い						栄養価 (小学校 3・4年生)
日	曜日	主食・おかず・牛乳	あ か 魚・肉・たまご・ 豆・豆製品など	おもに体をつくるもとになる みどり 牛乳・乳製品・ 小魚・海そう など	おもに体の調子を整えるもとになる 色のこい野菜	その他の野菜・果物・きのこ	きいろ こく類・いも類・ さとう・菓子	おもにエネルギーのもとになる 種実類・油類	
9	水	コッペパン 牛乳 じゃがいものベーコンに えだまめサラダ やきウインナー (幼・小:1 中:2)	ベーコン とり肉 ウインナー	牛乳	にんじん ピーマン にんじん	にんにく たまねぎ しめじ えだまめ きゅうり キャベツ	パン じゃがいも	ごまドレッシング	651 28.4
10	木	こがたコッペパン 牛乳 ちくわのいそべあげ (幼・小:1 中:2) わかめうどん りんご	ちくわ とり肉 油あげ	牛乳 あおのり わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ ほししいたけ りんご	パン てんぷらこ うどん	油	627 22.7
11	金	ごはん 牛乳 さばのみそに キャベツのおかかあえ ひじきとだいずのいために	さばのみそに かつおぶし とり肉 だいず さつまあげ	牛乳 ひじき	にんじん いんげん	きゅうり キャベツ ごぼう たけのこ こんにゃく	米 さとう さとう		613 27.1
14	月	なるとわかめごはん 牛乳 肉じゃが キャベツと油あげのあますあえ	ふた肉 さつまあげ 油あげ	わかめ 牛乳	にんじん いんげん	たまねぎ こんにゃく キャベツ きゅうり すだちかじゅう	米 じゃがいも さとう さとう	ごま	607 23.1
15	火	ごはん 牛乳 ホイコーロー はるまき パンパンジーサラダ	ふた肉 みそ はるまき とり肉	牛乳	にんじん ピーマン にんじん	しょうが にんにく きりぼしだいこん キャベツ たまねぎ たけのこ ほししいたけ もやし きゅうり	米 さとう でんぷん	油 パンパンジードレッシング	670 26
16	水	コッペパン 牛乳 ふた肉のケチャップに イタリアンサラダ いちごジャム	ふた肉	牛乳	トマト にんじん ブロッコリー	たまねぎ しめじ きゅうり キャベツ コーン	パン じゃがいも さとう いちごジャム	イタリアンドレッシング	603 24.5
17	木	コッペパン 牛乳 てりやきチキン すだちかおるキャロットラペ やさいスープ おいしいデザート	とり肉 ツナ ベーコン	牛乳	にんじん パセリ にんじん チンゲンサイ	すだちかじゅう たまねぎ もやし えのきたけ	パン さとう でんぷん さとう いちごゼリー		646 27.6
18	金	ごはん 牛乳 しろみざかなフライ (ソース) ならえ あわっ子みそしる	しろみざかなフライ 油あげ ふた肉 みそ	牛乳	にんじん にんじん ねぎ	こんにゃく れんこん だいこん ゆずかじゅう れんこん ししいたけ	米 さとう さつまいも	油 ごま	648 22.5
21	月	チキンライス 牛乳 ポテトスープ フルーツあんぱん ミニフィッシュ	とり肉 ウインナー	牛乳	にんじん トマト にんじん チンゲンサイ	たまねぎ コーン グリンピース たまねぎ みかん パイン もも	米 むぎ じゃがいも どう乳ゼリー		607 24.5
22	火	ごはん 牛乳 マーボーどうふ ばんさんずう	ふた肉 だいず どうふ みそ ハム	牛乳	にんじん ねぎ にんじん	しろねぎ しょうが にんにく たまねぎ たけのこ ほししいたけ きゅうり キャベツ	米 さとう でんぷん はるさめ さとう	ごま油	624 23.6
23	水	コッペパン 牛乳 ポテトとお米のささみカツ グリーンサラダ だいこんわくわくスープ りんごジャム	ポテトとお米のささみカツ ベーコン	牛乳	パセリ	きゅうり キャベツ たまねぎ だいこん はくさい しめじ	パン さとう さとう	油 コーンクリーミードレッシング	617 25.5
24	木	コッペパン 牛乳 ハンバーグのケチャップソース コーンあえ きのこスープ どう乳プリン (中)	ハンバーグ どうふ	牛乳 わかめ	にんじん にんじん	きゅうり キャベツ コーン たまねぎ えのきたけ ししいたけ	パン さとう さとう		600 25.8
25	金	ごはん 牛乳 いわしのうめに おひたし きんぴらごぼう のりふりかけ	いわしのうめに とり肉 さつまあげ	牛乳	にんじん チンゲンサイ にんじん いんげん	はくさい ごぼう こんにゃく	米 さとう さとう	ごま	603 26.4
28	月	たきこみごはん 牛乳 こうやどうふのもの きりぼしだいこんのツナあえ あおりんごゼリー	とり肉 油あげ こうやどうふ とり肉 ツナ	牛乳	いんげん にんじん にんじん チンゲンサイ	たけのこ ごぼう しめじ たまねぎ ほししいたけ グリンピース きりぼしだいこん キャベツ レモンかじゅう	米 むぎ さとう じゃがいも さとう さとう	ごま あおりんごゼリー	600 27.3
30	水	こがたコッペパン 牛乳 やきそば チキンナゲット (幼・小:2 中:3) ブロッコリーサラダ	ふた肉 いか さつまあげ チキンナゲット ハム	牛乳 あおのり	にんじん にんじん ブロッコリー	たまねぎ キャベツ もやし コーン	パン ちゅうかめん	ナムルドレッシング	618 30.6

ご入学・ご進級おめでとうございます



新たな出会いとともに、新しい学年がはじまりますね。
去年の自分より、ステップアップした自分を目標にがんばってください。

「食べることは生きること」です。何を食

べるかによって、これから何十年と共に過ごす大切な体を、すこやかに成長させ、元気に保つことに関わります。

食べることに、何か目標をもってもらえると嬉しいです。



給食センターでも、新しい仲間を迎え、
総勢22名のスタッフで協力し、みなさんの
成長や健康をサポートできるように、そして、
みなさんが楽しみにしてくれる給食となるよう
がんばります。



※ 都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。
※ アレルギーの原因となる物質(牛乳・卵・小麦など)を使用しています。
※ コッペパンには、徳島県産の米粉が10%含まれています。

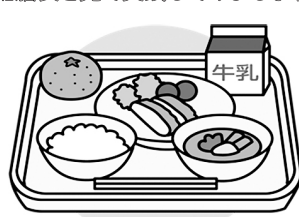
学校給食に関するご意見、お問い合わせは…上板町学校給食センター TEL (088) 694-2279

幼稚園年長
小学2～6年生
中学2～3年生
中学1年生
小学1年生
幼稚園年少

給食開始日

4月9日(水)
4月10日(木)
4月17日(木)

「ごはんはひだり」「おしるはみぎ」
食事を配膳するときの基本です。
給食の時間には、教室にある
配膳表を見て実践してみましょう。



おたより・献立表をご活用ください

ご家庭でも、献立表を見て、
給食の話をしていたいたり、う
ずらのたまごなど誤飲しやすい
食べ物のある日にはよくかんで食
べるようお子さんと一緒に献立表
をご活用いただければと思います。

今日の地産地消

☆徳島県産
わかめ・ゆず・すだち・竹の子・れん
こん・とり肉・ふた肉・さつまいも
☆上板町産
米・チンゲンサイ・しいたけ・にんじん
今月は、JA徳島県の協力により、
春ににんじんを取り入れる予定です。

ハンカチや白衣の衛生にご協力を



マスクはもちろんですが、手をふ
くための清潔なハンカチも毎日ご
用意下さい。お手数おかけしますが、
ご協力よろしくお願いします。