

令和7年度

こんだてひょう



氷見市立湖南小学校

日曜	行事食等	こんだて 献立	使用する食品名		
			ちきんにく 血や筋肉になる	たいおんちから 体温や力になる	からだちょうしととの 体の調子を整える
10木		むぎごはん牛乳 プレーンオムレツ 海藻サラダ ポークカレー いちごカスターダルト	ぎゅうにゅう プレーンオムレツ かいそう ぶたにく	むぎごはん あぶら じゃがいも いちごカスターダルト	キャベツ きゅうり コーン レモン にんにく しょうが にんじん たまねぎ
11金		バターコッペパン 牛乳 鶏肉のみそマヨ焼き 野菜サラダ ミネストローネ	ぎゅうにゅう とりにく みそ ベーコン	バターコッペパン マヨネーズ ドレッシング じゃがいも オリーブオイル マカロニ	ブロッコリー アスパラガス キャベツ レモン にんじん たまねぎ セロリ にんにく トマト パセリ
14月		ごはん牛乳 春巻き 春雨サラダ マーボー豆腐	ぎゅうにゅう ポークシューマイ ぶたにく とうふ あかみそ	ごはん はるさめ ごまあぶら さとう あぶら でんぶん	キャベツ きゅうり コーン にんにく しょうが にんじん たけのこ ほししいたけ ねぎ にら
15火		ごはん牛乳 鯖の塩焼き 切り干し大根の炒め煮 キャベツのみそ汁	ぎゅうにゅう さば だいこん さつまあげ あぶらあげ みそ	ごはん さとう ごまあぶら	きりぼしだいこん にんじん さやいんげん キャベツ えのきたけ ねぎ
16水		ごはん牛乳 野菜かき揚げ 小松菜のおひたし 豚汁 ひじきのり	ぎゅうにゅう やさいかきあげ ぶたにく みそ ひじきのり	ごはん あぶら さつまいも	こまつな もやし にんじん しょうが だいこん ごぼう ねぎ
17木		ごはん牛乳 豚肉のジャンロー もやしのナムル 白菜と油揚げのみそ汁	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら ごま	しょうが たまねぎ こまつな キャベツ もやし にんじん はくさい ねぎ
18金	入学 お祝い 献立	黒糖コッペパン 牛乳 花型ハンバーグのアップルソースかけ 花野菜サラダ 卵とコーンのスープ お祝いいちごゼリー	ぎゅうにゅう ハンバーグ たまご	こくとうコッペパン さとう マヨネーズ さとう でんぶん おいしいいちごゼリー	りんご レモン ブロッコリー カリフラワー にんじん きゅうり たまねぎ はくさい コーン
20日		ごはん牛乳 ごちくやさいにくだんご 五目野菜の肉団子 ブロッコリーのごまあえ ワンタンスープ	ぎゅうにゅう ごちくやさいにくだんご ぶたにく	ごはん あぶら ごま ワンタン	ブロッコリー キャベツ コーン にんじん しょうが はくさい チンゲンサイ ねぎ

4・5月 給食の目当て

○衛生に気をつけて食事をしよう

- 1・2年生…石けんでいねいに手を洗おう。
- 3・4年生…手の洗い方や服装に気を付けよう。
- 5・6年生…協力して能率よく準備や後片付けをしよう。



日曜	行事食等	こんだて 献立	使用する食品名		
			ちきんにく 血や筋肉になる	たいおんちから 体温や力になる	からだちょうしととの 体の調子を整える
22火		ごはん牛乳 鶏肉のから揚げ 枝豆サラダ 野菜としめじのみそ汁	ぎゅうにゅう とりにく みそ あぶらあげ	ごはん でんぶん あぶら さとう	しょうが キャベツ きゅうり にんじん えだまめ たまねぎ しめじ ねぎ
23水		ごはん牛乳 厚焼き卵 昆布あえ さつま汁	ぎゅうにゅう あつや たまご こんぶ とりにく あぶらあげ みそ	ごはん さつまいも	ブロッコリー キャベツ きゅうり しょうが だいこん にんじん ごぼう ねぎ
24木	給食の旅 (熊本県)	ごはん牛乳 白身魚のキャロットソース焼き ほうれん草の切り干しあえ おひめさん団子汁	ぎゅうにゅう しろうみぎかな とりにく みそ	ごはん マヨネーズ ごま いももち	にんじん パセリ ほうれんそう もやし にんじん しょうが きりぼしだいこん だいこん ごぼう ねぎ
25金		コッペパン 牛乳 かぼちゃの挽肉フライ ごぼうサラダ わかめスープ	ぎゅうにゅう かぼちゃのひきにくフライ とうふ ベーコン わかめ	コッペパン あぶら でんぶん マヨネーズ	ごぼう にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ えのきたけ ねぎ
28月		ごはん牛乳 いわしの梅煮 コーンあえ 厚揚げの煮物	ぎゅうにゅう いわしのうめに とりにく あつあげ	ごはん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	キャベツ こまつな にんじん コーン しょうが だいこん ほししいたけ
30水	4月の お祝い デー	ピラフ 牛乳 タンドリーチキン ボイル野菜 フルーツポンチ	ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト	ピラフ あぶら ゼリー ナタデココ しらたまもち	キャベツ にんじん パイン ブロッコリー もも みかん

※太字は氷見産の食材です。

日本列島 給食の旅！

日本には、47の都道府県があり、それぞれの郷土料理や食文化があります。そこで、今年1年間を通して、各都道府県のおいしい学校給食を食べる「給食の旅」をしていきます。今月は「熊本県」です。お楽しみに！

