

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 献 立	しょう しょくひんめい 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		麦ご飯 牛乳 プレーンオムレツ 海藻サラダ ポークカレー いちごカスタードタルト	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 いちごカスタードタルト	キャベツ キュウリ 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 とりにく 鶏肉のみそマヨ焼き やさい 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		ご飯 牛乳 はるま 春巻き 春雨サラダ どうふ マーボー豆腐	ぎゅうにゅう パークシューマイ 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 キュウリ 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		ご飯 牛乳 鮭の塩焼き 切り干し大根の炒め煮 しる キャベツのみそ汁	ぎゅうにゅう さば だし さつまあげ あぶらあげ みそ	ごはん さとう ごまあぶら	きりばしだいこん にんじん さやいんげん キャベツ えのきたけ ねぎ
16 水		ご飯 牛乳 野菜かき揚げ こまつな 小松菜のおひたし 豚汁 ひじきのり	ぎゅうにゅう やさい ぶたにく	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		ご飯 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	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 こんだて 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 おいわいいちごゼリー	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		ご飯 牛乳 ごもくやさい 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 ごもくやさい 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 チングンサイ 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…石けんでて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 献 立	しょう しょくひんめい 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		ご飯 牛乳 とりにく 鮭のから揚げ 枝豆サラダ やさい 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 キュウリ にんじん えだまめ たまねぎ しめじ ねぎ
23 水		ご飯 牛乳 あつや たまご 厚焼き卵 昆布あえ じる さつま汁	ぎゅうにゅう あつやきたまご 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 キュウリ しょうが だいこん にんじん ごぼう ねぎ
24 木	きょうしょく たび 給食の旅 (熊本県)	ご飯 牛乳 しろみざかな 白身魚のキヤロットソース焼き や ほうれん草の切り干しあえ だんごじる おひめさん団子汁	ぎゅうにゅう ほき あぶらあげ 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 もしや にんじん しょうが きりばしだいこん だいこん ごぼう ねぎ
25 金		コッペパン 牛乳 ひきにく 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 キュウリ キャベツ たまねぎ えのきたけ ねぎ
28 月		ご飯 牛乳 あつあ にもの 厚揚げの煮物	ぎゅうにゅう いわしの梅煮 コーンあえ うつあ にもの	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 やさい 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。

にほんれっとう きゅうしょく たび 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！

