

4月献立予定表

令和7年度
氷見市立西條中学校

日	曜	行事食等	主食 飲み物	主菜、副菜、汁物、その他	使用する食品名					
					血や筋肉になる		体の調子を整える		体温や力になる	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群
9	水		ご飯 ・ 牛乳	豚肉のピリ辛みそ炒め 三色ナムル ワントンスープ	豚肉,赤みそ,豚肉,大豆	牛乳	小松菜,人参	にんにく,生姜, 玉ねぎ,もやし, 干しいたけ,白菜,ねぎ	ご飯,砂糖,片 栗粉,ワントン	油,ごま油, ごま
10	木	入学・進級お祝い献立	ご飯 ・ 牛乳	鶏のから揚げ しそごまあえ かきたま汁 お祝いデザート	鶏肉,油揚げ,卵	牛乳	小松菜,人参	生姜,にんにく, キャベツ,玉ね ぎ,えのき,ねぎ	ご飯,片栗粉, クレープ	油,ごま
11	金		米粉パン ・ 牛乳	カップグラタン フルーツヨーグルトあえ 肉団子スープ	カップグラタン,肉団子	牛乳,ヨーグルト	小松菜,人参	もも,みかん,り んご,パイン,玉 ねぎ,コーン	米粉パン,じゃ がいも	
14	月	ひみの日献立	ご飯 ・ 牛乳	あじフライ 納豆あえ 豚汁	あじフライ,納豆,豚肉,みそ	牛乳	小松菜,人参	もやし,生姜,大 根,ねぎ	ご飯,さつまい も,こんにゃく	油
15	火		ご飯 ・ 牛乳	ハンバーグ 野菜のソテー 団子汁	富山県ハンバーグ,ウインナー, 油揚げ	牛乳	小松菜,人参	キャベツ,もや し,玉ねぎ,ねぎ	ご飯,白玉団子	油
16	水		ご飯 ・ 牛乳	ポロニアカツ 小松菜のオイスターソース炒め 坦々春雨スープ 豆乳パンナコッタ	ポロニアカツ,豚肉,大豆,みそ	牛乳	小松菜,人参	もやし,にんに く,生姜,白菜,干 しいたけ,ねぎ	ご飯,砂糖,片 栗粉,春雨,豆 乳パンナコッ タ	油,ごま
17	木		麦ごはん ・ 牛乳	チキンナゲット② こんにゃくサラダ ポークカレー	チキンナゲット,豚肉	牛乳	人参,トマト	キャベツ,きゅう り,生姜,にんに く,玉ねぎ	ご飯,米粒麦, こんにゃく, じゃがいも	青じそド レッシング, 油
18	金		コッペパン ・ 牛乳	オムレツ アスパラサラダ クリームスープバスタ	オムレツ,鶏肉,大豆	牛乳	小松菜,人参	アスパラガス, コーン,キャベ ツ,玉ねぎ	コッペパン,ス パゲッティ,米 粉	マヨネーズ, バター
21	月		ご飯 ・ 牛乳	春巻き もやしのナムル 麻婆豆腐	春巻き,豚肉,大豆,赤みそ,豆腐	牛乳	人参	もやし,生姜,に んにく,干しい たけ,玉ねぎ,た けのこ,ねぎ	ご飯,砂糖,片 栗粉	油,ごま油, ごま
22	火		ご飯 ・ 牛乳	かぼちゃひき肉フライ 茎わかめのきんぴら なめこ汁	かぼちゃひき肉フライ,豚肉,豆 腐,油揚げ,みそ	牛乳,茎わかめ	人参,いんげん	ごぼう,なめこ, 玉ねぎ,ねぎ	ご飯,こんにゃ く,砂糖	油,ごま油
23	水		ご飯 ・ 牛乳	鶏肉のマスタード焼き ピーフンソテー わかめスープ プリン	鶏肉,豚肉,鶏肉,豆腐	牛乳,わかめ	人参	にんにく,玉ね ぎ,キャベツ,も やし,コーン,ね ぎ	ご飯,ビーフ ン,砂糖,プリ ン	マヨネーズ, 油,ごま油
24	木		ご飯 ・ 牛乳	肉団子② バンサンスー ハ宝菜	肉団子,豚肉,いか	牛乳	人参	きゅうり,コー ン,生姜,玉ねぎ, 干しいたけ,も やし,白菜	ご飯,春雨,砂 糖,片栗粉	ごま,ごま 油,油
25	金		コッペパン ・ 牛乳	わかさぎフリッター③ 海藻サラダ シチュー	わかさぎフリッター,鶏肉	牛乳,わかめ	人参	きゅうり,キャベ ツ,玉ねぎ,白菜	コッペパン, じゃがいも,米 粉	油,ごまド レッシング
28	月		ご飯 ・ 牛乳	卵のベーコン巻き ゆかり和え 肉じゃが 黒ごまプリン	卵のベーコン巻き,豚肉	牛乳	人参,いんげん	キャベツ,もや し,生姜,玉ねぎ	ご飯,こんにゃ く,じゃがい も,砂糖,黒ご まプリン	油
30	水		ご飯 ・ 牛乳	ドライカレーの具 焼きポテト 野菜スープ コアカアヨーグルト	豚肉,大豆,ミックスビーンズ, 鶏肉	牛乳,コアカアヨー グルト	ミックスビーンズ,ト マト,人参	にんにく,玉ね ぎ,キャベツ, コーン	ご飯,砂糖,ポ テト	油

○ 都合により、献立の一部を変更することがあります。ご了承ください。

○ 太字は氷見市産の食材を使用した献立です。