



# 2025年 4月分 中学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課  
一宮市立〇〇中学校

日 曜	献立名	赤：主に体の組織をつくる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーになる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン・食物繊維)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)		
		魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・海藻 骨ごと食べる小魚	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実		
11 金	ご飯					こめ		781	25.9
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	鶏肉のから揚げ	とりにく			しょうが・にんにく	でんぷん	あぶら		
	赤じそ和え			しそ	きゅうり・だいこん				
	さくらのすまし汁	とうふ・かまぼこ		にんじん・こまつな	えのきだけ・はくさい	もち			
14 月	ご飯					こめ		776	18.3
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	カレーライス	ふたにく		にんじん・トマト	たまねぎ・グリーンピース しょうが・にんにく	じゃがいも・カレールウ	あぶら		
	フルーツゼリー和え <マスカットゼリー>				ナタデココ・パインアップル もも ぶどう	さとう			
15 火	ご飯					こめ		737	29.5
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	いわしの梅煮	いわし		しそ	うめ	さとう・でんぷん			
	ほうれんそうのごま和え			ほうれんそう	もやし	さとう	ごま		
	新じゃがいものみそ汁	とりにく・なまあげ みそ	わかめ	にんじん	しめじ・ねぎ	じゃがいも			
16 水	ご飯					こめ		791	30.0
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	メンチカツ	ふたにく・とりにく			たまねぎ	こむぎこ・パンこ でんぷん・さとう	あぶら		
	なばなとささみのいため物	とりにく		なばな・にんじん	とうもろこし		あぶら		
	かきたま汁	たまご・かまぼこ こうやとうふ		みつば	はくさい・えのきだけ	でんぷん			
17 木	ご飯					こめ		737	26.0
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	ヘルシーマーボードウフ	ふたにく・ふたレバー だいず・とうふ みそ		にんじん・にら	たまねぎ・たけのこ しょうが・にんにく	さとう・でんぷん	あぶら		
	パンサンスー	ハム			きゅうり・とうもろこし	さとう・はるさめ	ごまあぶら		
18 金	ミルクロールパン					ミルクロールパン		750	26.9
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	アスバラのクリームパンネ	ベーコン	ぎゅうにゅう スキムミルク	にんじん アスバラガス	たまねぎ	パンネ・じゃがいも こめこホワイトルウ	あぶら		
	キャベツサラダ	ツナ・だいず		ブロッコリー あかピーマン	キャベツ・カリフラワー		ドレッシング		
	お祝いゼリー				さくらんぼ・レモン	さとう・みずあめ			
21 月	ご飯					こめ		781	28.9
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	さばの塩焼き	さば					あぶら		
	ひじきのいため煮	だいず・あぶらあげ	ひじき		とうもろこし・えだまめ	さとう	あぶら		
	吉野汁	とりにく		にんじん	だいこん・こんにゃく ねぎ	さといも・でんぷん			

「まごわ  
やさしい」  
献立

だしを  
味わう日

# 2025年 4月分 中学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課  
一宮市立〇〇中学校

毎月19日は「食育の日」です。食について家族でも話し合ってみましょう！



日 曜	献立名	赤：主に体の組織をつくる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーになる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン・食物繊維)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)		
		魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・海藻 骨ごと食べる小魚	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実		
22 火	中華めん					ちゅうかめん		701	26.7
	しょうゆラーメン (汁)	ぶたにく・なると		にんじん	もやし・ねぎ にんにく		あぶら		
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	揚げぎょうざ・3個	ぶたにく			キャベツ・たまねぎ・にんにく	こむぎこ	あぶら ごまあぶら		
	中華和え		わかめ	チンゲンサイ	キャベツ	さとう	ごまあぶら		
23 水	ご飯					こめ		742	26.9
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	厚焼き卵	たまご				さとう・でんぷん	あぶら		
	ブロッコリーのおかか和え	かつおけすりぶし		ブロッコリー	カリフラワー				
	肉じゃが	ぶたにく・ちくわ		にんじん さやいんげん	たまねぎ・こんにゃく	じゃがいも・さとう	あぶら		
24 木	ご飯					こめ		777	28.6
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	照り焼きハンバーグ	ぶたにく・とりにく			たまねぎ	さとう・でんぷん	あぶら		
	切干しだいこんのごま酢和え	ツナ		こまつな	きりぼしだいこん	さとう	ごま ごまあぶら		
	豚汁	ぶたにく・なまあげ みそ		にんじん	だいこん・ごぼう こんにゃく・ねぎ				
25 金	クロスロールパン					クロスロールパン		797	32.1
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	さけのレモンマヨソース	さけ		パセリ	たまねぎ・エリンギ レモン	さとう・でんぷん	あぶら ノンエッグ マヨネーズ		
	ミネストローネ	とりにく		にんじん・トマト ブロッコリー	キャベツ	じゃがいも・さとう しろいんげんまめ ひよこまめ			
	コーヒーパウダー					コーヒーパウダー			
28 月	ご飯					こめ		759	23.2
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	コロッケ	ぶたにく ぎゅうにく		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら		
	骨太和え		ちりめんじゃこ	ほうれんそう	もやし・えのきだけ	さとう			
	新たまねぎのみそ汁	とうふ・あぶらあげ みそ	わかめ	かぼちゃ・にんじん	たまねぎ				
30 水	ご飯					こめ		718	29.2
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	さわらのあんかけ	さわら				でんぷん・さとう	あぶら		
	きんぴらごぼう	とりにく		にんじん さやいんげん	ごぼう・こんにゃく	さとう	ごまあぶら		
	若竹汁	とうふ	わかめ	こまつな	たけのこ・だいこん ほししいたけ				

正しい  
はしづかいの  
日

旬を  
味わう日

◆お知らせ◆

- 一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。
- 11日、14日、15日、17日、21日、24日、30日のおかずの原材料には「卵・乳・小麦・えび・かに・くるみ」を含んでいません。
- 献立予定表には主な材料のみ記載しています。  
食物アレルギー情報の詳細については、栄養教諭・栄養士にお問い合わせください。
- 都合により献立が変更になる場合があります。

★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。

