令和7年

4月分　学校給食献立表　（14回）

今治市立立花小学校調理場

日（曜）	こんだてめい	あかいろ ちやにくやほねになるもの	きいろ はたらくちからやたいおんになるもの	みどりいろ からだのちょうしをととのえるもの	栄養価 エネルギーkcal
9（水）	さつまいもチップス ポテトとハムのチーズやき コッペパン コールスローサラダ はるやさいのチャウダー ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト だいず・とりにく ほたてかいばしら ロースハム・チーズ みそ	こむぎこ・パン さつまいも・じゃがいも さとう・オリーブオイル こめあぶら・バター マヨネーズ	グリーンアスパラガス えだまめ・キャベツ きゅうり・たまねぎ にんじん・パセリ ブロッコリー	631
10（木）	むぎごはん ミニトマト きりぼしだいこんのごまあえ あじのやさいあんかけ おやこどんぶり ぎゅうにゅう かけてたべてね	ぎゅうにゅう・あじ （けずりぶし） まぐろあぶらづけ とりにく・たまご	むぎ・こむぎこ・こめ でんぷん さんおんとう ごま・すりごま こめあぶら	かんぴょう・きゅうり こまつな・たまねぎ きりぼしだいこん ミニトマト・にんじん ねぎ・ピーマン ほししいたけ	593
11（金）	はるキャベツのメンチカツ コッペパン いちごジャム さつまいものサラダ さんさいうどん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう だいず・あぶらあげ （こんぶ） あいびきにく ぶたひきにく （けずりぶし） ロースハム・たまご	こむぎこ・パン パンこ・さつまいも さんおんとう・うどん いちごジャム オリーブオイル こめあぶら	キャベツ・きゅうり ごぼう・だいこん・レタス たまねぎ・とうもろこし にんじん・ねぎ さんさいみずに えのきだけ・ほししいたけ	619
14（月）	ごはん だいずいりこ おかかあえ さわらのてりやき じゃがいものみそしる ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・みそ ローストだいず （にぼし）・あかいた かえりいりこ しらすぼし・さわら かつおぶし	こめ・じゃがいも さんおんとう・ごま	こんにゃく・キャベツ きゅうり・こまつな たまねぎ・ねぎ えのきだけ ほししいたけ しょうが	538
15（火）	ごはん わふうだいこんサラダ フルーツヨーグルト ししゃものチーズフライ きりぼしだいこんとひじきのにもの ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・ひじき あぶらあげ・あおのりこ （にぼし）・しらすぼし かつおぶし・ししゃも かにかまぼこ・とりにく たまご・ヨーグルト こなチーズ	こむぎこ・パンこ こめ・さとう さんおんとう・ごま こめあぶら ドレッシング	こんにゃく・さやいんげん キャベツ・きゅうり ごぼう・だいこん きりぼしだいこん にんじん・みかんかん パインかん・おうとうかん	573
16（水）	カレーコロッケ コッペパン かいそうひじきサラダ ポパイスープ 1年生給食開始 ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう レンズまめ・かいそう ひじき・ぶたにく ぶたひきにく・たまご	こむぎこ・パン パンこ こめこ・じゃがいも さんおんとう・ごま オリーブオイル こめあぶら カレールウ	きゅうり・たまねぎ にんじん・あかピーマン ほうれんそう もやし・しょうが	550
17（木）	むぎごはん はっさくのスプリングサラダ おからボール チキンカレー かけてたべてね ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう だいず・とうふ おから・えそすりみ とりひきにく とりにく・たまご	むぎ・こむぎこ こめ・じゃがいも さとう・さんおんとう オリーブオイル こめあぶら カレールウ	グリーンアスパラガス えだまめ・キャベツ きゅうり・たまねぎ にんじん・はっさく りんごソース・きくらげ しょうが・にんにく	577
18（金）	とうふのきのこソースやき パインパン ごまじゃこサラダ ミネストローネ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず とうふ・わかめ しらすぼし・ぶたにく ベーコン・チーズ （ガラスープ）・みそ	パン・さんおんとう ごま・ドライパイン ごまあぶら こめあぶら	グリーンアスパラガス キャベツ・きゅうり たまねぎ・チンゲンサイ トマト・にんじん えのきだけ・しめじ トマトピューレ	553
21（月）	ごはん のりずあえ タンゴール ホキのマヨネーズやき にくじゃが ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう のり・ホキ ぶたにく	こめ・じゃがいも さんおんとう・ごま こめあぶら マヨネーズ	いとこんにゃく・えだまめ かんぴょう・きゅうり たまねぎ・とうもろこし にんじん・パセリ ほうれんそう・もやし きよみタンゴール ほししいたけ	571
22（火）	たけのこごはん おひたし おいわいいちごゼリー まめまめじゃこてん ピースの日 かきたまじる ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう からあげ・わかめ ローストだいず （こんぶ）・ひじき えそすりみ かつおぶし （けずりぶし）	こめ・でんぷん さとう・こめあぶら いちごゼリー	えだまめ・ごぼう・ねぎ たけのこ・たまねぎ とうもろこし・にんじん はくさい・ほうれんそう もやし・えのきだけ ほししいたけ	553
23（水）	マカロニグラタン コッペパン みかんジュレサラダ しゃきしゃきスープ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ひよこまめ・アガー とりひきにく とりにく・たまご チーズ （ガラスープ）	こむぎこ・パン マカロニ・パンこ じゃがいも・でんぷん さとう・バター オリーブオイル ごまあぶら こめあぶら	キャベツ・きゅうり だいこん・たまねぎ にんじん・パセリ もやし・レタス みかんジュース きくらげ	556
24（木）	ごはん じゃがいものちゅうかあえ スプリングキッシュ マーボーどうふ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・とうふ とうにゅう ウインナー ちゅうかくらげ・みそ ぶたひきにく・たまご なまクリーム・チーズ	こめ・じゃがいも でんぷん・さとう さんおんとう すりごま ごまあぶら こめあぶら	グリーンアスパラガス キャベツ・きゅうり しょうが・たまねぎ とうもろこし・にんじん にんにく・ねぎ あかピーマン ほししいたけ	641
25（金）	はるキャベツとツナのはるまき こめこパン カルシウムの日 かえりどやさいのレモンあえ カレービーンズスープ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう だいず・ひじき かえりいりこ まぐろあぶらづけ ベーコン （ガラスープ）	こむぎこ・さとう こめこパン・じゃがいも はるまきのかわ さんおんとう ごまあぶら こめあぶら マヨネーズ	キャベツ・きゅうり たまねぎ・にんじん パセリ・レモン	586
28（月）	ごはん こまつなとかんぴょうのごまあえ こふきさつまいも とりにくのしおレモンいため けんちんじる i.i.imabari！ブランド給食 ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ （にぼし） とりにく	こめ・さつまいも さといも・さとう ごま・ごまあぶら こめあぶら	かんぴょう・キャベツ ごぼう・こまつな たまねぎ・にんじん にんにく・しろねぎ ねぎ・レモン ほししいたけ	532

給食の献立紹介

今年度は、旬を生かした献立を紹介します。

★　春キャベツとツナの春巻き（25日）　★

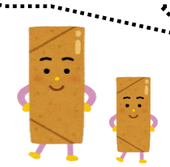
＜材料　４人分＞

春キャベツ	１５０ｇ	マヨネーズ	大さじ１と1/2
ツナ	１００ｇ	春巻きの皮	４枚
じゃがいも	４０ｇ	小麦粉	適量
ひじき（乾燥）	２ｇ	水	適量
食塩	ひとつまみ	揚げ油	適量
こしょう	少々		

減塩ポイント！

揚げると水分が抜けて味が少し濃くなるので、

具の塩味は控えめに調整すると良いですよ



＜作り方＞

① 春キャベツ、じゃがいもはせん切り、ツナは油を切る。

② ひじきは、水で戻してしぼる。

③ ①②を炒め、食塩、こしょうを加え水分をとばし、さらにマヨネーズで味付ける。

④ 春巻きの皮に具を置き、包む。小麦粉を水で溶き、糊にして皮をしっかりとめる。

⑤ きつね色になるまで油で揚げる。

【旬の食材】

春キャベツ

ひじき

引用：「いらすとや」

～　給食費について　～

今年度の給食費は、統一化と、子育て応援としての市の子育て支援により、保護者の皆さまの実質負担額は市内統一の「小学校250円」「中学校285円」になります。毎月の集金額は、２月までは（８月除く）「小学校4,500円」「中学校5,000円」を納めていただき、３月分で精算をさせていただきます。ご協力よろしくお願いいたします。

学校給食は「食」を学ぶ時間です！

引用：「学校給食2025年３月号」

今治市では、「学校給食摂取基準」に基づき、身体計測のデーターから各学校（学年・クラス）ごとに基準を作成し、給食を提供しています。毎日の栄養価は、４年生の１食分のエネルギー量を記載しています。

※　材料の都合により、献立を変更することがあります。