



4月 給食よていこんだてひょう



令和7年度

白河市立釜子小学校

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
7月	入学式・始業式						
8月 火	<入学・進級お祝い献立> 赤飯	○	鶏のからあげ 大根サラダ すまし汁 お祝いデザート	牛乳 あずき 鶏肉 わかめ なた 豆腐	赤飯 ごま かたくり粉 じょうしん粉 大豆油 ごま油 さとう お祝いデザート	しょうが 大根 きゅうり にんじん 干しいたけ ねぎ みつば	582 kcal 24.4 g 20.3 g 2.4 g
9月 水	ごはん	○	豆腐ハンバーグ和風ソースがけ ほうれん草のごまあえ じゃがいものみそ汁	牛乳 豆腐ハンバーグ 厚揚げ 煮干し	ごはん さとう かたくり粉 ごま じゃがいも	ほうれん草 もやし キャベツ にんじん 小松菜 ねぎ	595 kcal 20.7 g 21.2 g 2.2 g
10月 木	わかめうどん	○	ちくわのいそべあげ 干草あえ	牛乳 鶏肉 わかめ なたと ちくわ あおのり たまご	ソフトめん 小麦粉 大豆油 さとう ごま	にんじん 干しいたけ ねぎ 小松菜 ほうれん草 もやし	549 kcal 25.1 g 15.3 g 3.2 g
11月 金	ポークカレーライス	○	かいそうサラダ フルーツポンチ	牛乳 豚肉 わかめ こんぶ	ごはん じゃがいも こめ油 ごま油 さとう 杏仁豆腐	玉ねぎ にんじん りんご しょうが にんにく きゅうり 大根 こんにやく パナナ もも パイナップル みかん	670 kcal 19.6 g 18.5 g 2.6 g
14月	三色丼	○	ごま酢あえ けんちん汁 みかんゼリー	牛乳 鶏肉 豚肉 たまご 油揚げ 豆腐	ごはん こめ油 さとう ごま ごま油 さといも みかんゼリー	しょうが グリンピース もやし にんじん ピーマン 大根 こんにやく 干しいたけ ねぎ ごぼう	630 kcal 25.7 g 18.9 g 2.0 g
15月 火	黒糖パン	○	野菜コロッケ イタリアンサラダ ABCスープ	牛乳 ウインナー	黒糖パン コロッケ 大豆油 マカロニ	ブロッコリー キャベツ コーン にんじん 玉ねぎ	630 kcal 20.6 g 20.4 g 2.4 g
16月 水	<かみかみ献立> ごはん	○	赤魚の三味焼き きんぴらごぼう 豚汁 さつまいもチップス	牛乳 赤魚 豚肉 豆腐	ごはん こめ油 ごま さとう さといも さつまいもチップス	ねぎ しょうが ごぼう にんじ ん こんにやく いんげん 大根 干しいたけ	601.0 kcal 25.0 g 17.3 g 1.9 g
17月 木	タンメン	○	シューマイ 中華サラダ	牛乳 豚肉 シューマイ 中華くらげ	中華めん こめ油 ごま油 マロニー ごま さとう	しょうが にんにく にんじん もやし キャベツ メンマ きゅうり	601 kcal 24.8 g 20.2 g 3.1 g
18月 金	<せんいたっぷり献立> わかめごはん	○	彩り野菜のたまご焼き ほうれん草のマヨおひたし 肉じゃが	牛乳 わかめ たまご 糸かまぼこ かつお節 豚肉	ごはん じゃがいも さとう こめ油 ノンエッグマヨネーズ	ほうれん草 にんじん もやし 玉ねぎ 干しいたけ こんにやく いんげん	660 kcal 22.7 g 26.5 g 2.3 g
21月	ごはん	○	サバのみそ煮 やまぶきあえ のっぺい汁	牛乳 たまご さば 鶏肉 油揚げ	ごはん さといも かたくり粉	ほうれん草 にんじん キャベ ツ 干しいたけ 大根 ねぎ	605 kcal 25.0 g 20.6 g 2.2 g
22月 火	食パン	○	いちご&マーガリン 鶏肉のガーリック焼き グリーンサラダ コーンポタージュ	牛乳 鶏肉 ベーコン 生クリーム	食パン いちご&マーガリン こめ油 米粉 バター	キャベツ きゅうり ブロッコリー にんじん 玉ねぎ コーン パセリ	689 kcal 29.9 g 26.9 g 2.9 g
23月 水	<減塩献立> ごはん	○	春巻き 小松菜のナムル マーボー豆腐	牛乳 春巻き 大豆 豚肉 豆腐	ごはん ごま油 さとう ごま かたくり粉	小松菜 大根 にんじん にんにく しょうが たら ねぎ 干しいたけ たけのこ	698 kcal 25.2 g 29.9 g 1.9 g
24月 木	スパゲティミートソース	○	コールスローサラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 チーズ ヨーグルト	スパゲティ バター さとう	にんじん 玉ねぎ ピーマン トマト キャベツ きゅうり コーン	643 kcal 27.2 g 19.0 g 2.4 g
25月 金	弁当持参日						
28月	ごはん	○	メンチカツ 豆のサラダ 厚揚げのみそ汁	牛乳 メンチカツ 鶏肉 大豆 厚揚げ 煮干し	ごはん 大豆油	キャベツ にんじん たもぎたけ ブロッコリー 白菜 ねぎ	578 kcal 22.4 g 17.9 g 2.0 g
30月 水	ごはん	○	豚肉のしょうが焼き ビーフン炒め 根菜のごま汁	牛乳 豚肉 ベーコン 油揚げ 煮干し	ごはん ビーフン こめ油 さとう ごま油 さといも ごま	しょうが キャベツ にんじん チンゲンサイ 大根 ごぼう ねぎ 小松菜	638 kcal 24.4 g 24.3 g 2.3 g

計15食 ※材料の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。



※ 給食は、市の測定器で放射性物質検査を行い、安全を確認した後提供しています。検査結果は市のホームページに掲載しています。

4月栄養価平均 エネルギー625kcal たんぱく質24.2g 脂質21.1g 食塩相当量2.4g

～給食費返金規程～



1 給食費返金条件

長期入院等により事前に連絡を受け、給食の食材をキャンセルできた日から連続7日以上給食を停止した場合に、7食目以降分を返金する。

2 学校・学年閉鎖の場合

感染症対策による学校・学年閉鎖の場合は、閉鎖して3日目以降分を返金、または食材還元とする。

