



# 令和6年4月 学校給食献立表

江田島市学校給食共同調理場

日	こ ん だ て	おもなざいりょう					
		赤:おもに体をつくるもとになる		緑:おもに体の調子を整えるもとになる		黄:おもにエネルギーのもとになる	
		1群 魚・肉・卵・豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 淡色野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実
8月	ごはん にくじゃが わかめサラダ	ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん さやいんげん にんじん	たまねぎ こんにやく もやし キャベツ きゅうり	こめ じゃがいも さとう さとう	あぶら ごま ごまあぶら
9月	ごはん ホキフライ(ソース) ゆでやさい じゃがいものみそしる	ホキフライ	ぎゅうにゅう		キャベツ たまねぎ	こめ じゃがいも	あぶら
10月	ごはん おやこに げんきもりもりサラダ	とりこく こうやどうふ あげはん たまご かつおぶし やきぶた	わかめ ぎゅうにゅう ひじき	にんじん にんじん	たまねぎ グリンピース キャベツ きゅうり とうもろこし	こめ じゃがいも さとう さとう	あぶら あぶら
11月	ごはん マーボー豆腐 おこめんちゅうかサラダ やきプリンタルト	ぶたにく とうふ みそ ハム	ぎゅうにゅう	にんじん なら にんじん	にんにく しょうが しいたけ たまねぎ もやし きゅうり キャベツ	こめ さとう でんぶん こめこめん さとう やきプリンタルト	ごま ごまあぶら
12月	むぎごはん えたじまかいじカレー トッピング コーンサラダ	ぎゅうにゅう だいず	ぎゅうにゅう ちりめん	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ とうもろこし	こめ むぎ じゃがいも ミルクチョコレート でんぶん	オリーブオイル オリーブオイル あぶら
15月	ごはん とりのごまやき ゆかりあえ ぐだくさんじる	とりこく あぶらあげ とうふ みそ	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	しょうが キャベツ たまねぎ えのきたけ	こめ じゃがいも	ごま
16月	げんまいごはん さわらのたつたあげ はるキャベツのこんぶあえ あつあげのみそしる	さわら なまあげ みそ	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	しょうが キャベツ たまねぎ えのきたけ	こめ げんまい でんぶん	あぶら
17月	こがた バターパン やきそば きゅうりのカラフルサラダ ソファール(ヨーグルト)	ぶたにく あげはん ツナ	ぎゅうにゅう ソファール(ヨーグルト)	にんじん ねぎ にんじん	たまねぎ キャベツ キャベツ きゅうり とうもろこし	こがたバターパン ちゅうかめん さとう	あぶら あぶら
18月	ごはん ハヤシライス フレンチサラダ	ぎゅうにゅう ハム	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん にんじん	にんにく たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり とうもろこし	こめ さとう さとう	あぶら バター あぶら
19月	ツイストパン オムレツケチャップソース キャベシー こまつなのミルクスープ	オムレツ ツナ ベーコン ひよこまめ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ しめじ とうもろこし	ツイストパン じゃがいも	あぶら
22月	給食はありません						
23月	ごはん さといものそぼろに じゃこサラダ いちご	ぶたにく あげはん みそ	ぎゅうにゅう わかめ ちりめん	にんじん にんじん	れんこん こんにやく グリンピース キャベツ だいこん いちご	こめ さといも さとう さとう	ごま ごまあぶら
24月	ごはん ししやものいそべあげ おかかあえ けんちんじる	ししやも かつおぶし とりこく とうふ あぶらあげ	あおのり	にんじん ねぎ	キャベツ ごぼう こんにやく しいたけ	こめ じゃがいも	あぶら ごまあぶら
25月	ごはん とうふのかれーに アスパラのごまみそあえ	ぶたにく やきどうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん アスパラガス	しょうが たまねぎ グリンピース キャベツ	こめ さとう でんぶん さとう	ごま
26月	あじつけパン チキンピーンズ チーズサラダ	とりこく だいず	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん さやいんげん にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし	あじつけパン じゃがいも さとう さとう	あぶら あぶら
29月	昭和の日						
30月	ごはん ちくぜんに すのもの	とりこく ちくわ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん さやいんげん にんじん	れんこん ごぼう こんにやく きゅうり もやし	こめ じゃがいも さとう さとう	あぶら

※材料の都合により、献立を変更することがあります。  
※みなさまの給食費は、すべて食材料費に使用されています。

	小学校	中学校
エネルギー (kcal)	654	808
たんぱく質 (g)	25.0	30.2
食塩 (g)	2.1	2.7

毎月19日は食育の日

旬の食材  
・はるキャベツ  
・さわら



## 入学・進級おめでとうございます!

いよいよ新年度がスタートしました。江田島市内全小中学校と江能分級を合わせた約1,200食を江田島市学校給食共同調理場から提供します。

子どもたちの心と体を支えられる「安全・安心な給食」、「おいしい給食」を作るよう努力していきます。給食へのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

### 給食当番は身支度も大切な仕事です

★つめは短く切りましょう

★石けんでしっかり手洗いをしましょう

★マスクをきちんとつけましょう



★ぼうしは髪の毛が出ないようにかぶりましょう

お願い

お子さんが白衣などを持ち帰った際に洗濯をお願いします。

