

4月 予定献立表

令和7年度

志木市立志木第二中学校

日 曜	献立名		Kcal		主に体をつくる食品 (赤)		主に調子を整える食品 (緑)		主に熱や力になる食品 (黄色)		
	主食	のりもの	お か ず	たんぱく質	1群	2群	3群	4群	5群	6群	
11 金	麦ごはん	牛乳	ハッシュドポーク グリーンサラダ	776	278	豚肉	牛乳	にんじん トマト	にんにく 玉葱 マッシュルーム キャベツ きゅうり	米 さとう 麦 小麦粉	油
14 月	春キャベツとベーコンの Pasta	牛乳	春野菜の香味だれサラダ	697	329	ベーコン 鶏肉	牛乳	アスパラガス さやえんどう 赤パプリカ なばな 小松菜 パセリ	キャベツ にんにく きゅうり ねぎ しょうが	スパゲティ さとう でんぷん 小麦粉	油 ごま油 オリーブ油
15 火	たけのこごはん	牛乳	さわらの西京みそ焼き 旬の即席漬 新じゃがいもと豆苗のみそ汁	650	332	鶏肉 油揚げ さわら 生揚げ	牛乳	にんじん かぶの葉 豆苗	たけのこ かぶ キャベツ きゅうり 玉葱	米 さとう じゃがいも	油
二小 人気献立											
16 水	きな粉揚げパン	牛乳	海藻サラダ ABCスープ	795	25.1	きな粉 ウィンナー	牛乳 わかめ 昆布 とさかのり	にんじん トマト	キャベツ きゅうり とうもろこし にんにく 玉葱	パン さとう じゃがいも マカロニ	油 ごま
17 木	レタスチャーハン	牛乳	旬野菜と肉団子のスープ	689	32.9	ベーコン えび 鶏卵 鶏肉	牛乳	にんじん 小松菜	にんにく ねぎ レタス しょうが 玉葱 たけのこ 干しいたけ キャベツ	米 麦 でんぷん パン粉	油 ごま油
18 金	麦ごはん	牛乳	ヘルシーハンバーグ カラフルソテー パイザンヌスープ	737	30.6	豚肉 大豆 鶏卵 豆乳 ウィンナー 豆腐	牛乳	にんじん ほうれん草 パセリ	玉葱 もやし とうもろこし キャベツ	米 麦 麩 パン粉	油 バター
食育の日献立											
21 月	麦ごはん	牛乳	さばの煮付け 磯の香和え 春野菜のみそ汁	719	33.2	さば 油揚げ みそ	牛乳 のり	小松菜 にんじん かぶの葉 豆苗	しょうが かぶ	米 でんぷん 麦 さとう じゃがいも	
四小 人気献立											
22 火	中華めん	牛乳	みそラーメン (汁) ツナ餃子	916	34.4	みそ 豚肉 まぐろ油漬	牛乳	にんじん なら	にんにく ねぎ しょうが 玉葱 もやし キャベツ	中華めん 小麦粉	油 ごま油 マヨネーズ
23 水	麦ごはん	牛乳	チキンカレー カルピスゼリーポンチ	733	20.3	鶏肉	牛乳 寒天 乳酸菌飲料	にんじん トマト	にんにく 玉葱 しょうが みかん りんご パインアップル	米 じゃがいも 麦 小麦粉 さとう	油
24 木	ガーリックトースト	牛乳	ハムとこんにゃくのサラダ ポタージュスープ	698	24.5	ハム 鶏肉	牛乳 チーズ 脱脂粉乳	にんじん パセリ	にんにく 玉葱 とうもろこし きゅうり	パン さとう こんにゃく じゃがいも 小麦粉	バター 油
25 金	ごはん	牛乳	鶏肉の照り焼き ごま和え かきたま汁	713	38.6	鶏肉 鶏卵	牛乳	ほうれん草 小松菜	もやし ねぎ	米 さとう でんぷん	ごま
28 月	うどん	牛乳	春の香りうどん (汁) えびとみつばのかき揚げ	707	30.5	油揚げ なると ちくわ えび 鶏卵	牛乳 わかめ	万能ねぎ みつば	干しいたけ たけのこ わらび しめじ なめこ 玉葱	うどん 小麦粉 コーンスターチ	油
30 水	麦ごはん	牛乳	ヘルシー回鍋肉 皮ワンタンスープ	758	27.3	豚肉 鶏肉 生揚げ	牛乳	ピーマン にんじん	ねぎ にんにく キャベツ 白菜 しいたけ しょうが	米 小麦粉 麦 さとう でんぷん	油 ごま油

*都合により、献立を変更することもあります。ご了承ください。

★今月の給食費の口座引き落としは、**4月28日(月)**です。前日までに、ご入金をよろしくお願いたします。