



献立表



予定献立表（材料の都合上献立を変更することがあります。また、高校にも同様の献立表を配布していますが、高校は牛乳はつきまそのでご了承願います。）

小学校、中学校、高校用

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

☆☆入学・進級おめでとうございます☆☆

ご入学・ご進級おめでとうございます。いよいよ新学期がはじまります。学校給食は、もともとは児童・生徒の栄養補給を目標として始めました。その後、子どもたちの心身の健全な発達に教育上の役割が認められ、給食も教育活動の一環として定着しました。子どもたちの健やかな成長のため、適切なエネルギーや栄養バランスを考え、地元の食材を積極的に活用し、安心・安全でおいしい給食を提供していきます。ご家庭でもぜひ、お子さんと給食を話題のひとつにしてくださいと嬉しいです。

4月の平均値 (小学校)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
	633	25.1	19.9

4月の平均値 (中学校)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
	738	28.8	21.9



体温や働く力

からだを作る

調子を整える

8	9	10 元気くんの日	11	12
ご飯 牛乳 豆腐ハンバーグ 根菜のコロコロ炒め みそ汁（小松菜）	ご飯 牛乳 ポークチャップ コールスローサラダ コンソメスープ（じゃがいも）	元気くんご飯 牛乳 いわしのしょうが煮 ブロッコリーのおかか和え 塩けんちん汁	ご飯 牛乳 焼きつくね 五目きんぴら みそ汁（レタス）	焼きそば 牛乳 三色ナムル 中華スープ
ご飯、じゃがいも	ご飯、じゃがいも	ご飯	ご飯	焼きそばめん
豆腐、鶏肉、ウィンナー、 こうや豆腐、牛乳	豚肉、ハム、ウィンナー、 牛乳	大豆、昆布、ひじき、いわし、 小桜えび、かつお節、豆腐、牛乳	鶏肉、豚肉、大豆、牛乳	豚肉、いか、えび、鶏卵、 ベーコン、牛乳
玉ねぎ、大根、とうもろこし、 グリーンピース、小松菜、 にんじん	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、 ピーマン、しいたけ、 きゅうり、とうもろこし	にんじん、絹さや、大根、 ブロッコリー、ごぼう、 長ねぎ、こんにゃく	ごぼう、さやいんげん、 にんじん、レタス、長ねぎ、 玉ねぎ、れんこん	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、 ピーマン、しいたけ、もやし、 ほうれん草、とうもろこし
15	16	17	18	19
ご飯 牛乳 えびと豆腐のチリソース 春雨サラダ 小松菜の中華スープ	クロワッサン 牛乳 パジルチキン フレンチサラダ コーンポタージュ お祝いクレープ	ご飯 牛乳 さばのみそ煮 ゆかり和え すまし汁（花ふ）	チキンカレー 牛乳 フルーツのヨーグルト和え	五目うどん 牛乳 もちいなり
ご飯、はるさめ	クロワッサン、クレープ	ご飯、花ふ	ご飯、はと麦、じゃがいも	うどん、もち
豆腐、えび、牛乳	鶏肉、豆乳、牛乳	さば、かつお節、牛乳	鶏肉、ヨーグルト、牛乳	鶏肉、油揚げ、牛乳
玉ねぎ、にんじん、長ねぎ、 きゅうり、小松菜、 えのきたけ	キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、 にんじん、とうもろこし、 いちご	キャベツ、ほうれん草、 にんじん、しいたけ、三つ葉	玉ねぎ、にんじん、みかん、 パイナップル	小松菜、にんじん、玉ねぎ、 長ねぎ
22	23	24	25	26
かわりピピン丼 牛乳 チョレギサラダ わかめスープ	ご飯 牛乳 カレーメンチカツ スパゲッティサラダ コンソメスープ（キャベツ）	ご飯 牛乳 アジフライ 大根サラダ みそ汁（なめこ）	青菜ご飯 牛乳 厚焼き玉子 ゆで豚の和風サラダ 沢煮椀	塩ラーメン 牛乳 焼きぎょうざ（1人2個）
ご飯	ご飯、スパゲッティ	ご飯	ご飯	ラーメン
豚肉、牛肉、わかめ、牛乳	ハム、ベーコン、鶏肉、牛乳	アジ、牛乳	鶏卵、豚肉、牛乳	豚肉、つと巻き、鶏肉、牛乳
ほうれん草、もやし、 にんじん、切り干し大根、 キャベツ、長ねぎ	きゅうり、とうもろこし、 にんじん、キャベツ、玉ねぎ	大根、きゅうり、にんじん、 なめこ	大根葉、キャベツ、玉ねぎ、 ピーマン、にんじん、大根、 ごぼう、しいたけ、三つ葉	もやし、キャベツ、にんじん、 長ねぎ、玉ねぎ、にら

体温や働く力

からだを作る

調子を整える

体温や働く力

からだを作る

調子を整える

体温や働く力

からだを作る

調子を整える

体温や働く力

からだを作る

調子を整える

昭和の日

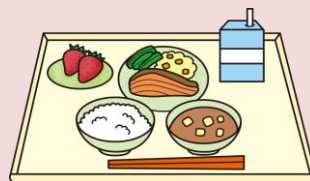
食パン・ブルーベリージャム
牛乳
クリーミーポテトコロッケ
オーロラサラダ
コンソメスープ（玉ねぎ）

食パン

ベーコン、牛乳

キャベツ、きゅうり、
にんじん、玉ねぎ、エリンギ、
とうもろこし、ブルーベリー

☆☆新年度の給食が始まります☆☆



本別町の給食では、月に一度「元気くんの日」を設けています。本別町の特産品であり、栄養も豊富な豆を子どもたちに食べしてほしい、親しみを感じてほしいという思いから、毎月豆を使った献立を組み込んでいます。（豆以外の地場産物を使用することもあります）
今月の元気くんの日は10日（水）で、「元気くんご飯」が登場します。大豆が入った自慢の炊き込みご飯です。お楽しみに♪