



# 令和6年度 4月分 学校給食予定献立表



御殿場市立西学校給食センター 0550-89-2944

日 曜日	こんだて	おもに体をつくる もとなる食べ物	おもに体の調子を整える もとなる食べ物	おもにエネルギーの もとなる食べ物	
				小学校	中学校
10	ごはんばコシヒカリごはん			こめ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			660 845
	おろしハンバーグ	とりにく・ふたにく	たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが だいこん	さとう・でんぷん	15 14
	ひじきと大豆の炒め煮	ひじき・だいず・さつまあげ	にんじん・さやいんげん	さとう・あぶら	32 28
	じゃがいものみそ汁	あぶらあげ・みそ	たまねぎ・えのき・ねぶかねぎ	じゃがいも	3.2 3.8
水	とろける豆乳プリン			とろけるとうにゅうプリン	
11	食パン/いちごジャム			パン/いちごジャム	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			650 819
	かぼちゃフライ	ふたにく	かぼちゃ・たまねぎ	さとう・でんぷん・パンこ・あぶら こむぎこ	14 13
	カラフルソテー	ウインナー	キャベツ・にんじん・とうもろこし	オリーブゆ	37 35
	ミルクスープ	ベーコン・ぎゅうにゅう なまクリーム・だっしふんにゅう	にんじん・たまねぎ・マッシュルーム パセリ	じゃがいも・あぶら・ルウ	2.5 3.1
木					
12	ライス(ごはんばコシヒカリ)			こめ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			626 793
	手づくりチキングラタン	とりにく・ぎゅうにゅう・チーズ なまクリーム・だっしふんにゅう	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム パセリ	あぶら・マカロニ・ルウ・バター	17 16
	ベーコンと大根のほかほかスープ	ベーコン	だいこん・にんじん・キャベツ さやいんげん・しょうが	あぶら	34 30
	小魚アーモンド	かたくちいわし		アーモンド・さとう・ごま	2.3 2.6
金					
入学(にゅうがく) 進級(しんきゅう) お祝いこんだて					
15	赤飯/ごま塩	あずき		こめ・もちごめ/ごま	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			707 814
	とりの唐揚げ <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">2こ</span>	とりにく	しょうが・にんにく	でんぷん・こむぎこ・こめこ・あぶら	13 13
	煮びたし	あぶらあげ・かつおぶし	はくさい・こまつな・にんじん		37 34
	紅白すまし	とうふ・はんぺん	にんじん・しめじ・みつば		2.2 2.6
月	お祝いデザート			おいわいデザート	
16	食パン/メイプルジャム			パン/メイプルジャム	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			577 723
	さばじゃがコロック	さば・みそ		じゃがいも・さとう・パンこ こむぎこ・でんぷん・あぶら	15 15
	えだまめとコーンのソテー		にんじん・えだまめ・とうもろこし	あぶら	35 32
	ポトフ	ウインナー	だいこん・たまねぎ・にんじん・キャベツ	あぶら	2.6 3.4
火					
17	タコライス			こめ	556 725
	・ごはんばコシヒカリごはん				
	・タコライスの具 <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">ごはんはタコライスの具、キャベツをのせて、粉チーズをかけてたべてね!</span>	ふたにく・ウインナー	たまねぎ・あかピーマン・あおピーマン とうもろこし・トマト・パラペーネ	さとう・あぶら	21 19
	・塩もみキャベツ		キャベツ		30 26
	・粉チーズ	こなチーズ			2.3 2.6
水	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
野菜スープ	とりにく	だいこん・にんじん・たまねぎ さやいんげん	あぶら		
18	ごはんばコシヒカリごはん			こめ	
	ボークカレー	ふたにく	にんにく・しょうが・たまねぎ・にんじん グリーンピース・りんご	じゃがいも・あぶら・ルウ	609 781
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			15 14
	カリカリ大豆	だいず		でんぷん・あぶら	31 27
	こんにゃく入り海藻サラダ	わかめ・くきわかめ・こんにゃく・のり とさかのり	きゅうり・とうもろこし・こんにゃく		1.9 2.4
木					
*** ふじのくに地産地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) ***					
19	ホットドッグ				
	・背割りロールパン <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">ウインナーをはさんで、ホットドッグを作ってね!</span>			パン	622 820
	・ウインナー ケチャップソースがけ	ウインナー		さとう	17 16
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			44 40
	ベジタブルソテー		キャベツ・にんじん・とうもろこし	あぶら	3.1 4.3
金	キャロットポタージュ	ベーコン・ぎゅうにゅう なまクリーム・だっしふんにゅう	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・あぶら・ルウ	

日 曜日	こんだて	おもに体をつくる もとなる食べ物	おもに体の調子を整える もとなる食べ物	おもにエネルギーの もとなる食べ物	栄養価	
					小学校	中学校
22	中華めん			ちゅうかめん		
	ちゃんぽんスープ	ぶたにく・やきぶた・いか・えび かまぼこ	キャベツ・にんじん・もやし・たまねぎ チンゲンサイ・にんにく・しょうが	あぶら・でんぶん・こまあぶら	632	757
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 			18	18
	肉まん	ぶたにく	たまねぎ・たけのこ・しいたけ・しょうが	さとう・パンこ・こむぎこ でんぶん・こまあぶら	24	22
	フルーツ杏仁		みかん・もも・パイン	あんにとどうぶゼリー	2.7	3.2
<b>ごてんぼごめこの日</b>						
23	ごてんぼコシヒカリごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう <small>小 1 中 2</small>	ぎゅうにゅう			622	796
	黒はんぺんフライ/中濃ソース	くろはんぺん		パンこ・こむぎこ・でんぶん・あぶら	15	14
	もやしとにらの生姜炒め	ベーコン	もやし・にら・しょうが	こまあぶら	35	31
	豆腐とたまねぎのみそ汁	とうふ・あぶらあげ・わかめ・みそ	たまねぎ・ねぶかねぎ 		2.8	3.4
24	ピビンバ					
	・ごてんぼコシヒカリごはん			こめ	581	726
	・肉の炒め煮	ぶたにく・みそ・たまご	にんにく・ねぶかねぎ	あぶら・さとう・でんぶん	19	18
	・ナムル		もやし・こまつな・にんじん	ドレッシング	30	27
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			2.1	2.7
25	たけのこはるさめのスープ	とりにく	はくさい・にんじん・たけのこ 	あぶら・はるさめ		
	フィッシュバーガー					
	・バーガーパン/スライスチーズ	スライスチーズ 		パン	560	748
	・タラのフライ	たら		パンこ・こむぎこ・でんぶん・あぶら	21	19
	・キャベツのソテー		キャベツ	あぶら	40	36
26	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			2.9	4.0
	ミネストローネ	しろいんげんまめ・ウィンナー	たまねぎ・にんじん・にんにく トマト・パセリ 	じゃがいも・あぶら		
	オレンジ		オレンジ			
29	ごてんぼコシヒカリごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			627	826
	ホイコーロー	ぶたにく・みそ	キャベツ・あかピーマン・にんにく しょうが	あぶら・さとう・でんぶん	17	15
	春巻き	ぶたにく	にんじん・たまねぎ・キャベツ・しょうが しいたけ	あぶら・こむぎこ・さとう・こめこ はるさめ・でんぶん・みずあめ	34	32
	中華コーンスープ	たまご・とうふ・だっしぶんにゅう	にんじん・チンゲンサイ・とうもろこし	でんぶん・さとう	1.6	2.4
<b>昭和の日</b>						
30	山型食パン/りんごジャム			パン/りんごジャム 		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			582	723
	ほうれん草オムレツ	たまご	ほうれんそう	あぶら・でんぶん	16	16
	春キャベツのペペロンチーノ	ベーコン	にんにく・キャベツ・たまねぎ	スパゲッティ・オリーブゆ	32	32
	とり肉と野菜のスープ 	とりにく	たまねぎ・にんじん・パセリ	あぶら・じゃがいも	2.4	3.1


※都合により、献立内容を変更させていただく場合があります。  
 ※上記の食品以外にも使用場合があります。アレルギー食材の確認など詳細につきましては、  
 西学校給食センターにお問い合わせください。  
 ※23日の「豆腐とたまねぎのみそ汁」は、たくみの郷で作られた手作りみそを一部使用する予定です。  
 ※魚には骨があります。よくかんで食べましょう。  
 ※ごはんは、すべてごてんぼコシヒカリ100%です。



基準量	エネルギー(kcal)	
	たんぱく質(%)	13~20
しぼう(%)	20~30	20~30
食塩(g)	2.0	2.5

毎月19日  
**ごてんぼ  
 食育の日**  
 西学校給食センターでは、  
 所長1人、栄養士2人、調  
 理員21人、計24人で給  
 食を作っているよ!

**こんにちは!**  
**西学校給食センターです!**



御殿場市給食マスコット  
 たべっぴー

西学校給食センターでは、御殿場小  
 学校、原里小学校、玉穂小学校、印  
 野小学校の小学校4校と、原里中  
 学校、西中学校の中学校2校の計6校  
 の給食を担当しています。

今年度も職員一同力をあわせ、安  
 全でおいしい給食づくりを心がけて  
 いきます。

**ちょうりいんさんのしごと**