



令和7年度 4月分 学校給食予定献立表



御殿場市立高根学校給食センター 0550-82-6182

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
8 火	始業式(しぎょうしき)・入学式(にゅうがくしき)					
9 水	給食なし					
10 木	給食なし					
11 金	りんごチップ入りロールパン		りんご	パン		
	ぎゅうにゅう 小中2こ	ぎゅうにゅう			609	756
	ミートボールのケチャップがらめ	とりにく・ぶたにく	たまねぎ・しょうが・にんにく	さとう・パンこ・でんぶん・あぶら	16	15
	ベーコンと野菜のパンネ	ベーコン	にんにく・にんじん・キャベツ・あかピーマン	オリーブゆ・マカロニ	32	29
	コーンポタージュスープ	ぎゅうにゅう・なまクリーム	たまねぎ・とうもろこし・パセリ	ルウ	2.5	3.1
14 月	ごはん			こめ		
	ツナそぼろ	まぐろあぶらづけ・たまご	にんじん・しょうが・えだまめ	あぶら・さとう・でんぶん	669	831
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			16	15
	かぼちゃコロッケ		かぼちゃ・たまねぎ	あぶら・パンこ・さとう・こむぎこ こめこ・でんぶん	36	32
	みそ汁	あぶらあげ・とうふ・みそ	にんじん・たまねぎ・こまつな・ねぶかねぎ		2.2	2.4
15 火	中華めん			ちゅうかめん		
	ちゃんぽんスープ	ぶたにく・なると・いか	しょうが・にんじん・たまねぎ・もやし だけのこ・きくらげ・とうもろこし・キャベツ	あぶら・でんぶん	625	743
	ぎゅうにゅう 小中2び	ぎゅうにゅう			17	17
	ししゃもフリッター	ししゃも・おきあみ・あおさ		あぶら・こむぎこ・でんぶん・さとう こめこ	36	32
	ぎゅうりの南蛮和え		きゅうり・にんじん	こま・さとう・こまあぶら	2.5	2.8
16 水	黒糖入り食パン			パン・こくとう		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			596	755
	オムレツ(デミグラスソース)	たまご		あぶら・でんぶん・ルウ・さとう	13	13
	ポテトサラダ		にんじん・グリーンピース・とうもろこし・レモン	じゃがいも・マヨネーズ(ノンエッグ) ドレッシング・さとう	38	37
	ミネストローネ	ベーコン・しろいんげんまめ	にんにく・たまねぎ・セロリー・にんじん キャベツ・トマト	マカロニ・オリーブゆ	2.4	3.0
17 木	ごはん			こめ		
	チキンカレー	とりにく・だっしふんにゅう	しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん りんご・グリーンピース	あぶら・じゃがいも・ルウ	610	776
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			14	13
	枝豆とコーンのソテー	ウィンナー	あかピーマン・えだまめ・とうもろこし	あぶら 	25	22
	ミニピーチゼリー			ミニピーチゼリー	1.9	2.2
18 金	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				760
	さばの生姜焼き	さば	しょうが			16
	ひじきの炒め煮	ひじき・あぶらあげ	こんにゃく・にんじん・こまつな	あぶら・さとう		33
	豚汁	ぶたにく・とうふ・みそ	にんじん・だいこん・しめじ・ごぼう・はくさい ねぶかねぎ	あぶら		2.3
*** ふじのくに地産地消週間(ちさんちしょうしゅうかん)(19日~23日) ***						
入学(にゅうがく)・進級(しんきゅう)お祝い(いわ)いこんだて						
21 月	わかめごはん	わかめ 		こめ・さとう		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			641	818
	メンチカツ	ぶたにく	たまねぎ	あぶら・パンこ・さとう・こむぎこ でんぶん	12	12
	キャベツのごま昆布和え	こんぶ	キャベツ・きゅうり・にんじん	さとう・こま	31	28
	かきたま汁	かまぼこ・たまご	たまねぎ・にんじん・えのき・ほうれんそう	でんぶん	2.5	3.1
22 火	お祝いクレープ			おいわいクレープ		
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			662	831
	ちくわの磯辺揚げ	ぎょにくすりみ・あおさ		あぶら・でんぶん・さとう・こむぎこ	19	18
	もやしとにらの生姜炒め	ベーコン	しょうが・もやし・にら	こまあぶら	35	31
火	親子煮	とりにく・なると・こうやどうふ・たまご	たまねぎ・にんじん・たけのこ・グリーンピース	あぶら・さとう	2.3	2.7

日曜日	こんだて	おもに体をつくる もとになる食べ物	おもに体の調子を整える もとになる食べ物	おもにエネルギーの もとになる食べ物	栄養価	
					小学校	中学校
23	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			609	735
	ポークビーンズ	ぶたにく・だいず・こなチーズ	にんにく・たまねぎ・にんじん・トマト・パセリ	あぶら・じゃがいも・さとう・ルウ	16	15
	ツナとマカロニのソテー	まぐろあぶらづけ	にんにく・とうもろこし・キャベツ あかピーマン	オリーブゆ・マカロニ	27	26
	フルーツのゼリーあえ		パイナップル・おうとう	カットゼリー	2.2	2.5
24	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			582	743
	油淋鶏	とりにく	しょうが・にんにく・ねぶかねぎ	あぶら・こむぎこ・でんぶん・さとう	17	15
	たくあん中華炒め		だいこん・きくらげ	さとう・ごま・ごまあぶら	29	26
	新たけのこと春雨のスープ	ぶたにく	たまねぎ・にんじん・たけのこ・はくさい	あぶら・はるさめ	2.2	2.7
25	丸型横スライスパン			パン		
	照り焼きハンバーグ	とりにく・ぶたにく	たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが	さとう・でんぶん	657	811
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			15	15
	こぶさいも		パセリ	じゃがいも	38	36
	ほうれん草のミルクスープ	ウィンナー・ぎゅうにゅう・なまクリーム	にんじん・たまねぎ・ほうれんそう	あぶら	2.2	2.8
28	焼きプリンタルト			やきプリンタルト		
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	あじの竜田揚げ	あじ		あぶら・でんぶん		
	しらたきのつるつる炒め	ぶたにく・かつおぶし	にんじん・こんにゃく・さやいんげん	ごまあぶら・さとう		
29	じゃがいものみそ汁	あぶらあげ・とうふ・みそ	にんじん・たまねぎ・えのき・ねぶかねぎ	じゃがいも		
	火					
	昭和(しょうわ)の日					
	ごはん			こめ		
	ビビンバの具(玉子入り肉炒め)	ぶたにく・みそ・たまご		あぶら・さとう・でんぶん	566	726
30	ビビンバの具(ナムル)		もやし・ほうれんそう・にんじん	ドレッシング	17	16
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			32	28
	中華スープ	とりにく	にんじん・きくらげ・はくさい・チンゲンサイ	あぶら	2.1	2.6
	水		オレンジ			
	オレンジ					

※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する場合があります。アレルギー食材の確認など詳細につきましては、高根学校給食センターにお問い合わせください。

※給食のみそは、ふるさと工房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。よく噛んで食べましょう。

基準量	エネルギー(kcal)	650	830
	たんぱく質(%)	13~20	13~20
	しぼう(%)	20~30	20~30
	食塩(g)	2.0	2.5

こんにちは！
高根学校給食センターです！



高根学校給食センター
たべっぴー

高根学校給食センターでは、高根小学校・上小林分校・高根中学校の計3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。



きゅうしょく
ことしもおたのしみに



おいしい給食
作ります！



高根学校給食センターでは、所長1人、栄養士1人、調理員8人の計10人で給食を作っているよ！

ちょうりいんさんのしごと

▽みんなのきゅうしょくをつくる▽



▽きゅうしょくをはこぶ▽



▽あとかたづけをする▽

