

学校給食予定献立表(北区・東美原区)

令和7年 4月

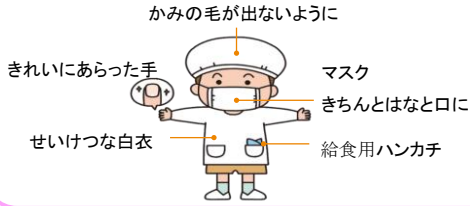
堺市教育委員会

しっかりときまりを守って給食時間を過ごしましょう

給食の前後は、石けんで手を洗いましょう



みじたくをしましょう



みんなで準備し、楽しく食べましょう



みんなでかたづけましょう



堺のめぐみ

堺産農産物「堺のめぐみ」を使用する予定です。
4月:たまねぎ



←学校給食のレシピを紹介しています。
こちらからご覧ください。

日	献立 (牛乳は毎日つきます)	黄 エネルギーのもとになる	赤 体をつくるもとになる	緑 体の調子を整える	その他	エネルギー たんぱく質 脂質
11 金	コッペパン	コッペパン				578 kcal
	米粉マカロニスープ	米粉マカロニ,油	鶏肉	キャベツ,パセリ,にんじん,たまねぎ	コンソメ,淡口しょうゆ,塩,こしょう	22.0 g
	☆ツとボイトのマヨネーズ風味焼き	じゃがいも,マヨネーズ風ドレッシング(アレルギーフリー)	まぐろ油漬	ホールコーン,たまねぎ	塩,こしょう	22.0 g
14 月	ごはん	精白米				611 kcal
	ボークカレーライス	じゃがいも,油,カレールウ(アレルギーフリー)	豚肉	にんにく,にんじん,たまねぎ,ブルーベリー	トマトケチャップ,ウスターソース,塩,こしょう	22.2 g
	☆豆とひじきのサラダ		まぐろ油漬,大豆水煮,ひじき	ホールコーン,きぬぎや,にんじん		16.2 g
	ドレッシング	砂糖		たまねぎ	酢,しょうゆ,和がらし	
15 火	ごはん	精白米				605 kcal
	肉じゃが	じゃがいも,油,砂糖	豚肉	えんどう豆,にんじん,たまねぎ	糸こんにゃく,みりん,しょうゆ,削りぶし(だし用)	29.3 g
	☆鮭の風味焼き	油	鮭		酢,淡口しょうゆ	16.6 g
16 水	コッペパン	コッペパン				578 kcal
	チキンブロス	無洗米,油	鶏肉	キャベツ,セロリ,にんじん	コンソメ,淡口しょうゆ,塩,こしょう	24.1 g
	☆じゃがいものバジル焼き	じゃがいも,オリーブ油	ウインナー	にんにく,たまねぎ	バジル,塩,こしょう	21.4 g
17 木	ごはん	精白米				606 kcal
	みそ汁		うすあげ,豆腐,わかめ,赤みそ,白みそ	えのき茸,たまねぎ	削りぶし(だし用)	25.8 g
	親子丼	砂糖	鶏肉,焼かまぼこ,鶏卵	青ねぎ,にんじん,たまねぎ	みりん,淡口しょうゆ,しょうゆ,削りぶし(だし用)	16.4 g
	フルーツゼリー	フルーツゼリー(りんご)				
18 金	オリーブパン	オリーブパン				632 kcal
	ミネストローネ	白いんげん豆水煮,油,砂糖	鶏肉	皮むきトマト,セロリ,にんにく,にんじん,たまねぎ	コンソメ,トマトケチャップ,しょうゆ,塩,こしょう	23.1 g
	コロッケ	コロッケ,油				26.7 g
	野菜ソテー		ベーコン	キャベツ,にんじん	淡口しょうゆ,塩,こしょう	

毎月19日は
食育の日

学校給食予定献立表(北区・東美原区)

令和7年 4月

堺市教育委員会

日	献立 (牛乳は毎日つきます)	黄 エネルギーのもとになる	赤 体をつくるもとになる	緑 体の調子を整える	その他	エネルギー たんぱく質 脂質
万博献立 (ベトナム) 21月	ごはん	精白米				582 kcal
	フォー	米粉平麺,油	豚肉	ちんげん菜,にんじん,たまねぎ,干しいたけ	中華ブイヨン,淡口しょうゆ,ナンプラー,塩	21.7 g
	☆ダウフーチェンサー	砂糖,ラー油	厚揚げ	にんにく,レモン汁	みりん,しょうゆ	16.2 g
22火	ごはん	精白米				627 kcal
	中華スープ	油	豚肉,豆腐,わかめ	ホールコーン,青ねぎ,にんじん,たまねぎ	中華ブイヨン,淡口しょうゆ,塩,こしょう	24.2 g
	油淋鶏	油,砂糖,ごま油	鶏から揚げ	白ねぎ,にんにく,土しょうが	酢,しょうゆ	21.3 g
23水	コッペパン	コッペパン				578 kcal
	クリームシチュー	じゃがいも,ホワイトルウ,油	鶏肉,牛乳	にんじん,たまねぎ	コンソメ,塩,こしょう	23.4 g
	☆ホットサラダ		ウインナー	ホールコーン,キャベツ,にんじん		21.1 g
	ドレッシング	砂糖,油			酢,しょうゆ	
24木	ごはん	精白米				599 kcal
	若竹汁		うすあげ,豆腐,わかめ	たけのこ水煮,みつば	淡口しょうゆ,みりん,塩,だし昆布,削りぶし(だし用)	27.4 g
	☆さばのピリッと焼き	砂糖	さば	白ねぎ,にんにく,土しょうが	しょうゆ,みりん,酢,豆板醤	18.9 g
	きんぴらごぼう	白ごま,油,砂糖,ごま油	豚肉	ささかきごぼう,にんじん	つきこんにゃく,みりん,しょうゆ,だし昆布,削りぶし(だし用)	
25金	ごはん	精白米				590 kcal
	カレーうどん	うどん,カレールウ(アレルゲンフリー)	豚肉,焼かまぼこ	青ねぎ,にんじん,たまねぎ	しょうゆ,塩,削りぶし(だし用)	21.7 g
	☆いそのサラダ		かつお油漬,わかめ,花かつお	キャベツ,たまねぎ		14.8 g
	ドレッシング	砂糖,ごま油,すり白ごま			酢,しょうゆ	
28月	ごはん	精白米				680 kcal
	豚肉と野菜のしょうが煮	じゃがいも,油,砂糖	豚肉,一口魚菜天	三度豆,土しょうが,にんじん,たまねぎ	みりん,しょうゆ,削りぶし(だし用)	28.9 g
	いわしのかば焼き風	油,砂糖,片栗粉	いわし粉付		みりん,しょうゆ	20.7 g
30水	ミニコッペパン	ミニコッペパン				617 kcal
	ビーンズシチュー	じゃがいも,油,ハヤシルウ(アレルゲンフリー)	豚肉,大豆水煮	にんにく,にんじん,たまねぎ,トマトピューレ	トマトケチャップ,ウスターソース,塩,こしょう	23.4 g
	コーンキャベツ		ベーコン	ホールコーン,キャベツ,にんじん	淡口しょうゆ,塩,こしょう	22.9 g
	☆抹茶チョコケーキ	油,チョコチップ,小麦粉,砂糖	牛乳		抹茶,ベーキングパウダー	

- ・栄養価は中学年の値を示しています。
- ・☆はオープン料理です。
- ・栄養価は「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」に基づき算出しています。
- ・予定献立は内容を一部変更する場合があります。

学校給食費は7/25から毎月定額で原則口座振替による納付となります。口座振替の手続きがまだの方は、6月までに手続きをお願いします。